سلسله مباحث
برنامهٔ سمت خدا



حبیب الله فرحزاد

بسم الله الرحمن الرحیم

وسواس : راه کارهای پیشگیری و درمان

نویسنده:

حبیب الله فرحزاد

ناشر چاپی:

طوبای محبت

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

وسواس : راه کارهای پیشگیری و درمان

مشخصات کتاب

سرشناسه : فرحزاد، حبیب الله، ۱۳۴۱ -

عنوان و نام پدیدآور : وسواس : راه کارهای پیشگیری و درمان/حبیب الله فرحزاد.

مشخصات نشر : قم: طوبای محبت، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری : ۲۰۷ص.

فروست : سلسله مباحث سمت خدا

شابک : ۶۰۰۰۰ ریال: ۹۷۸۶۰۰۳۶۶۱۳۸۷

یادداشت : فیپا

یادداشت : کتابنامه . ص.(۲۰۵)-۲۰۷: همچنین به صورت زیر نویس.

یادداشت : نمایه.

موضوع : وسواس - جنبه های مذهبی - اسلام.

موضوع : وسواس - درمان.

موضوع : وسواس -- جنبه های قرآنی.

موضوع : توبه (اسلام) جنبه های قرآنی.

رده بندی کنگره : BP ۲۳۲/۶۵ ف ۴و۵ .۱۳۹۶

رده بندی دیویی : ۲۹۷/۴۸۵

شماره کتابشناسی ملی : ۴۷۸۵۶۸۳

ص: ۱

اشاره

فهرست مطالب

پیشگفتار

بسم الله الرحمن الرحیم

الحمد لله رب العالمین و صلی الله علی سیدنا محمد و آله الطاهرین

بـا سـپاس فراوان از خداونـد بزرگ به خـاطر لطف و رحمت بی پایـانش، و درود بی کران بر پیامبر و خانـدانش که آسـمان و زمین به وجودشان پابرجاست و همه مخلوقات به یمن و برکاتشان روزی داده می شوند.

شایـد کمتر کسـی باشد که از افکار منفی و وسوسه های شـیاطین انس و جن در امان باشد. شـماری هم گرفتار وسواس عملی هستند و خود و دیگران را به رنج و زحمت می اندازند.

از این رو بنا به درخواست مکرر عزیزان بر آن شـدیم که در برنامه پربیننـده سـمت خـدا به این موضوع بپردازیم و راهکارهای پیشگیری و درمان این بیماری خانمان سوز را ارائه دهیم.

این مباحث بحمد الله با استقبال فوق العاده بینندگان این برنامه روبه رو شد و به درمان بسیاری از مبتلایان به وسواس انجامید و از این بابت خدای متعال را سپاس میگوییم.

در این مبـاحث ابتـدا پیامـدهای شوم پدیـده وسواس را مطرح و سـپس به ارائه راهکارهای درمان آن پرداخته ایم. در این میان دعا و توسل جدی به

اهـل بیت علیهم السـلام و ذکر و توجه قلبی به خـدای متعـال و دریـافت درست از دین و یادگیری صـحیح مسائل و بی اعتنائی کامل به افکار منفی و تکرار نکردن عمل را می توان مهم ترین راهکارها دانست.

آنچه در این مجموعه ملاحظه می فرمایید، حاصل این مباحث است که پس از تدوین و ویرایش به شما خواننده عزیز و گرامی تقدیم می گردد.

در پایان از همه عزیزانی که ما را در این راه یاری دادند و زمینه طرح این مباحث را فراهم کردند، از مسئولین صدا و سیما، به ویژه تهیه کننـده عزیز برنـامه، جنـاب آقـای رکنی و مجری خوب و توانمنـد آن، جناب آقای نجم الـدین شـریعتی، همچنین از برادر بزرگوارم، جناب آقای اسدی که تدوین و ویرایش آن را به عهده داشـتند و نیز ناشـر محترم آن صـمیمانه تقدیر و تشکر می کنم.

امیـد است که این مبـاحث بتوانـد گره از کـار عزیزانی که به این بلیه گرفتـار آمـده انـد بگشایـد و آنـان را از دام وسوسه های شیطان برهاند و ما را مشمول دعاهای خود گردانند!

ایام سالگرد جشن ازدواج امیر المؤمنین و حضرت زهرا علیهم السلام

اول ذیحجه ۱۴۳۸

حبیب الله فرحزاد

ص: ۱۶

فصل اول: پیامدهای وسواس

اشاره

ص: ۱۷

غم و اندوه

از چیزهـایی که غم و انـدوه را از بین می برد و شـادی و فرح و سـرور ایجـاد می کنـد، جـدا شـدن از افکـار و خیالات باطل و توهمـات و وسواس است. کسـانی که دچار وسواس فکری و یا عملی می شونـد، بحران غم و فشار روحی و افسـردگی آنها را فرا می گیرد. اگر بتوانند از این افکار و خیالات باطل بیرون بیایند، راحتی و خوشی و آسایش به آنها بر می گردد.

از این رو پرداختن به بحث وسواس و ریشه ها و علل آن و خسارتهای فراوانی که از این پدیده به فرد و جامعه وارد می شود و همچنین راهکارهای پیشگیری و درمان این معضل بزرگ روحی و روانی ضروری می نماید.

در آغـاز بحث لازم است خطرهـا و ضـررها و خسارت هایی که پدیـده وسواس به افراد و خانواده ها و جامعه تحمیل می کند بپردازیم و سپس با بررسی عوامل آن، راههای درمان آن را بیان کنیم.

دام بزرگ شیطان

بایـد بـدانیم که وسواس دام بزرگ شـیطان است و انسـان را سـخت مبتلا می کنـد. کسـانی که به وسواس مبتلا هسـتند، باید بپذیرند که بیمارند ونیازمند درمان.

ص: ۱۹

وسواس یک ناهنجاری روحی و یک بیماری خطرناک و خانمان سوز و از عادت های ناپسند به شمار می رود. شاید کسی که به مواد مخدر عادت پیدا می کند، خطرش کمتر از کسی باشد که به وسواس مبتلا می شود. خطر وسواس را باید جدی بگیریم.

وسواس ریشه در پیروی از شیطان دارد. خدای متعال در قرآن می فرماید:

وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ؛(۱)و از گامهای شیطان، پیروی نکنید؛ چرا که او، دشمن آشکار شماست!

شیطان در قرآن به «عدو مبین» و دشمن آشکار تعبیر شده است. یعنی در فکر و اندیشه ما ایجاد توهم و وسوسه می کند. این است که باید از وسوسه شیطان به خدا پناه برد؛ چنان که در قرآن به این امر توصیه فرموده است.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ مَلِكِ النَّاسِ إِلَهِ النَّاسِ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ؛(۲) به نام خداوند بخشنده مهربان. بگو: پناه می برم به پروردگار مردم، به مالک و حاکم مردم، به (خدا و) معبود مردم، از شر وسوسه گر پنهانکار، که در درون سینه انسانها وسوسه می کند، خواه از جن باشد یا از انسان!

شیطان های انسی و جنی فکر منفی به انسان می دهند و سپس به عمل های منفی وامی دارند. وسواس فکری یک ذرهاش هم خیلی زیاد است. کسانی که سیگاری می شوند و اعتیاد پیدا می کنند، اول از یک نخ سیگار شروع می کنند.

۱- سوره بقره، آیه ۱۶۸.

۲- سوره ناس.

وسـواس هم آرام آرام شـکل می گیرد. و شـیطان گـام به گـام انسـان را در این باتلاق فرو می برد. وسـواس از بیمـاری هـای خطرناکی است که بایـد آن را در نطفه خفه کرد. اگر نشانه هایی از وسواس در کسـی پیداشـد، بایـد فوری پیشـگیری کنـد و نگذارد در او نفوذ کند که بعد درمانش مشکل است.

گناه بزرگ

وسواس را باید به عنوان یک ناهنجاری، یک گناه شرعی، عقلی، و عرفی تلقی کرد. البته اگر کسی یکبار عمل عبادی خود را تکرار کند، وسواس نیست. اما کسی که در طول ماه و سال، در نمازش، قرائتش، شست و شو، تکرار می کند وسواسی است و باید این را گناه تلقی کند.

همیـن طـور کـه دروغ و غیبت و تهمت و مـال مردم خـوردن حرام است، وسـواس عملی هم یکی از گناهـان کـبیره است و به عنوان یک ناهنجاری شرعی و عرفی و عقلی و اخلاقی تلقی می شود.

کسـی که ده بار وضو می گیرد، یا زیاد آبکشـی می کنـد، فقط یک گناه نمی کنـد. چندین گناه مرتکب می شود. او اسـراف می کنـد که از گناه کبیره است. ثانیا عمر خود را تلف می کند که این هم یک خسارت بزرگ است. ثالثا اطرافیان خود را در فشار و آزار قرار می دهد. عواقب وخیم دیگری نیز دارد.

پس بایـد به وسواس به عنوان یـک گنـاه بزرگ بنگریم، نه به عنوان یک امر مکروه و ناپسـند. گاهی بالاتر از گناه و معصـیت است. می توان آن را به عنوان بدعت در دین برشمرد. بدعت یعنی چیزی که در دین نیست و به نام دین وارد دین می شود.

ص: ۲۱

بر اساس روایات، کسانی که بـدعت گذارنـد، بـدترین انسانها هسـتند و در کنار حکام و ظالمان و طاغوت ها قرار می گیرد. و بـدعت گـذار در گناهان کسانی که تحت تأثیر این بـدعت عمل می کنند شـریکاند. گاهی با وسواس خود بدعتی در دین می گذاریم.

پیروی از شیطان

انسانی که به وسواس مبتلاست، در حقیقت عقل خود را کنار گذاشـته و در بست از شـیطان پیروی می کنـد. عبد الله بن سـنان می گویـد: نزد امـام صـادق علیه السـلام از مردی که در وضو و نمـازش گرفتـار وسواس بود یـاد کردم و گفتم: او مرد عـاقلی است. حضرت فرمودند:

وأیُّ عقل له وهو یطیع الشیطان؛ چه عقلی دارد که فرمانبری شیطان می کند؟

عرض کردم: «وکیف یطیع الشیطان، چگونه فرمانبری شیطان می کند؟ » فرمودند:

سله هذا الذی یأتیه من أی شـیء هو؟ فإنه یقول لک: من عمل الشیطان؛(۱) از او بپرس وسوسه ای که به وی دست می دهد از چیست؟ قطعا به تو خواهد گفت: کار شیطان است.»

فرمودند: این شخص اصلا عقل ندارد. از مجانین است؛ چون مطیع شیطان است.

بنده خودم وقتی می خواهم غسل کنم، یک دقیقه طول می کشد. و برای

۱- الکافی، ج ۱، ص ۱۲، ح ۱۰.

وضو سی ثانیه فرصت لازم است. در باره وضو فرمودند: «غسلتان و مسحتان».(۱)یعنی وضو دو شست وشو است؛ شست و شوی صورت و دست و دو مسح؛ مسح سر و مسح پا. عجیب است که برخی افراد این دین به این آسانی را به راحتی با توهمات شیطانی سنگین می کنند!

بعضی افراد نیم ساعت وضو می گیرند. چند ساعت در حمام خودشان را می شویند. حضرت فرمودند: اینها عقل ندارند و تحت فرمان شیطان اند.

اگر شک دارید؟ از خودشان بپرسید. بگویید: وقتی وضو و غسل و نمازت را چند بار تکرار می کنی، چه کسی می گوید این کار را بکن؟ خودش می گوید: خدا شیطان را لعنت کند! این کار شیطان است. وجدانش می گوید: این کار شیطانی است. ولی مبتلاست و نمی خواهد شیطان را رها کند.

اگر جلوی وسواس را نگیریم، گام به گام زیاد می شود و آرامش و خوشی و شادی و نشاط را از انسان می گیرد و فساد روح و جسم و دین و دنیا را به دنبال دارد. هم دنیا را از دست می دهیم، و هم آخرت را؛ و این همان خسران و زیان آشکاری است که قرآن می فرماید.

خَسِرَ الدُّنْيا وَالْآخِرَهَ ذَلِکَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ؛(۲) در دنیا و آخرت زیان دیده است. این است همان زیان آشکار.

گزینش عقل

عقل از دین بالاتر است. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: جبرئیل بر آدم فرود آمد و گفت: «ای آدم! من مأمور شده ام که تو را میان سه چیز مخیر سازم،

۱- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۲۰.
۲- سوره حج، آیه ۱۱.

یکی را برگزین و دو تا را رها کن». آدم گفت: «ای جبرئیل! آن سه چیست؟». گفت: «العقل والحیاء و الدّین، عقل، حیا و دین».

آدم گفت: «إنی قد اخترت العقل، عقل را برگزیدم.» آن گاه جبرئیل به حیا و دین رو کرد و گفت: «انصرفا و دعاه ؛ بروید و او را رها کنید». آن دو گفتند: «یا جبرئیل، إنا أمرنا أن نکون مع العقل حیث کان؛ ای جبرئیل! ما مأموریم همیشه با عقل باشیم». گفت: «خود دانید»، و بالا رفت.(۱)

برترین نعمت

یعنی عقل حتی از دین بالاتر است. کسی که وسواس دارد، دارد ریشه و اصالت و هویت خودش را از بین می برد. رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

ما قسم الله للعباد شیئا أفضل من العقل، فنوم العاقل أفضل من سهر الجاهل، وإقامه العاقل أفضل من شخوص الجاهل؛(۲) خداوند، چیزی با ارزش تر از عقل در میان بندگان، تقسیم نکرد. از این رو خواب عاقل، از بیداری نادان برتر است و برجا بودن عاقل ازبه حرکت در آمدن نادان برتر است.

عقل بزرگترین و برترین نعمت خداوند است. اما انسان وسواسی تیشه به ریشه عقل و عقلانیت می زند و عقل را از بین می برد.

از دست رفتن آرامش

یکی از بهترین نعمت ها، نعمت آرامش و نشاط و امید است. نعمت

۱- الکافی، ج ۱، ص ۱۰، ح ۲: الخصال، ج ۱۰۲، ص ۵۹.

۲- الکافی، ج ۱، ص ۱۲، ح ۱۱؛ بحارالأنوار، ج ۱، ص ۹۱، ح ۲۲.

راحت زندگی کردن و راحت خوابیدن و با آرامش زیستن. یکی از چیزهایی که این آرامش و راحتی را از بین می برد و به اضطراب و سختی تبدیل می کند، وسواس است.

انسان وسواسی هرجا می رود می گوید: وضویم چه میشود؟ غسلم چه می شود؟ آب کشیدنم چه میشود؟ دست به سیاه و سفید نمی زند. خودش و اطرافیانش را در حالت قرنطینه قرار می دهد، آرامش و راحتی ندارد.

اساسا آدمهای وسواسی معذب هستند. یعنی از همین حالا جهنمشان شروع می شود. آدم های وسواسی از زندگی لذت نمی برند. اطرافیانشان هم در زحمت و فشار قرار می گیرند.

بیاییم محض رضای خدا به دهان شیطان بزنیم. شک نکنید که خدا به شما کمک می کند. اصلا کلمه یأس و ناامیدی و نمی توانم و نمی شود را کنار بگذارید. ما کسانی را داشتیم که پنجاه سال در گیر وسواس بوده اند، ولی با گفت و گو مشکلشان حل شد و راحت شدند.

شیطان وقتی شش دانگ سوار انسان می شود که او را ناامید کند و همه درها را به روی او ببندد. ولی اگر امید و روزنه نجاتی باشد، شیطان عقب نشینی میکند.

بیاییم برای آرامش خودمان و آخرتمان و حفظ معنویت خودمان، از خر شیطان پیاده شویم و زمام امور خود را به دست خدا بدهیم. خدا می گوید: اگر حرف من را بشنوی، در مقام امن و آسایش قرار می گیری.

إِنَّ الْمُتَّقِینَ فِی مَقَامٍ أَمِینٍ؛(۱)به راستی پرهیزگاران در جایگاهی آسوده [اند].

ص: ۲۵

۱- سوره دخان، آیه ۵۱.

تقوا یعنی این که فقط حرف خدا را بشنویم و به آنچه خدا فرموده است عمل کنیم و دنباله رو شیطان نباشیم. ولی چه کنیم که برخی افراد با پیروی و حرف شنوی از شیطان خود را در وادی اضطراب و ناامنی می اندازند.

در دام شک و تردید

یکی از آفات وسواس این است که انسان مبتلا ـ به وسواس در همه چیز تشکیک و تردید می کند. وسواس از او یک آدم شکاک می سازد. می گوید: نمی دانم در خانه را بستم یا نبستم؟ فلان کار را کردم یا نکردم؟ دارو را خوردم یا نخوردم؟ وضویم را درست گرفتم یا نه؟ نمازم را صحیح خواندم یا نه؟ و صدها مسأله دیگر.

اینها را باید ریشه کن کرد. راههایش فراوان است. در آیات قرآن و روایات ما تمام درهایی که به وسواس منجر می شود بسته شده است. ولی متأسفانه نمی دانم شیطان چطور نفوذ می کند؟! تشکیک در همه چیز، حتی در کارهای معمولی برایش پیش می آید. حتی شک و تردید در اعتقاداتش هم نفوذ می کند.

می گوید: از کجا قیامت حق است؟ از کجا خدایی هست، بهشت و جهنمی هست؟ به همه چیز پشت پا می زند. این تشکیک در عمل از کم شروع می شود، و به اعتقادات هم سرایت می کند.

بیاییم این وسوسه ها را در نطفه خفه کنیم. پنجاه سال حرف شیطان را گوش دادیم، دو روز هم حرف خدا و اهل بیت علیهم السلام را گوش بدهیم.

درگیر توهمات

یکی دیگر از خطرهای وسواس این است که انسان را دچار توهم می کند.

مرحوم آیت الله سید احمد شبیری زنجانی، پدر آیت الله شبیری زنجانی، کتابی به نام «الکلام یجر الکلام» دارد. در این کتاب داستان های آموزنده ای آورده اند.

در آنجا می نویسند: خانمی سرش را تکان نمی داد و همین طور می نشست حتی نمی خوابید. گفتند: چرا؟ گفت: روی سر من یک ظرف بلوری است. اگر سرم را تکان بدهم می افتد. هرچه می گفتند: این طور نیست، می گفت: هست! توهم داشت.

آخر کار او را نزد یک روانشناس بردند. گفت: عیب ندارد. من می خواهم این ظرف تو را بشکنم که خیالت راحت شود. آن روانشناس اول پذیرفت که روی سر او یک ظرف بلوری است، بعد چیزی زد و آن را شکست. آنگاه خانم گفت: حالا راحت شدم!

انسان وسواسی دارای توهم است. می گویند: می ترسم پاک نشده باشد. این توهم و خیال است.

در قدیم حمام ها خزینه داشت. مثل الآن بهداشتی نبود. حوضچه ای بود که آنجا همه خودشان را می شستند و غسل می کردند. مرحوم شیخ انصاری دید یک بنده خدایی مرتب زیر آب می رود و بالا می آید و غسل ارتماسی می کند. بعد می گوید: نشد. دوباره و سه باره توهم داشت.

شیخ انصاری به او گفت: چرا نشد؟ گفت: من وقتی درون آب می روم پاک هستم. ولی آب بخار کرده است، این بخار همین طور وصل است تا توالت ها، این بخار به توالت ها می رسد، من وقتی درون این بخار می آیم نجس میشوم.

ببینید شیطان چطور توهم ایجاد می کند! شیخ انصاری برای این که توهم او

را باطـل کنـد، گفـت: درسـت است که این بخارهـا وصـل به تـوالت هـاست، امـا از این طرف هم وصـل به آب کُر است. این بخارها پاک می شود. گفت: خیالم را راحت کردی.

گاهی افراد مسائل را بلد نیستند. اگر من هزار سال با لباسی که نمی دانستم نجس است نماز خواندم، همه می گویند: صحیح است. بسیاری از مشکلات بر اثر ندانستن مسائل و خیالات و توهمات است.

می گوینـد: یک بنـده خدایی در خزینه زیر آب می رفت و بالا می آمد و می گفت: نشد. یعنی غسـلم درست نشد. یک سـید بزرگواری آنجا بود و دید این ول نمی کند. دستش را پشت گردن این وسواسی انداخت و او را زیر آب فرو برد. هرچه دست و پا می زد، نمی گذاشت بیرون بیاید. بعد از نیم دقیقه او را رها کرد. وقتی بیرون آمد. پرسـید: حالا شد؟ گفت: به جدت شد. چون به همه روزنه هایم آب رفت.

ایجاد بدبینی

یکی از خطرهـای وسـواس بـدبینی بـه دیگران است. می گویـد: این خـانم نجس است. شـوهر من نجس است. این بچه نجس است. این مهمـان نجس است. وضو و غسـلش درست نیست. حتی در وسواس فکری گاهی کار به جایی می رسـد که در باره شوهرش شک می کند. آقا در باره خانمش شک می کند.

از خطرهای جدی وسواس فکری، شک کردن در باره دیگران است. انسان وسواس نسـبت به دیگران بدبین می شود. هرکاری می خواهد بکند، به همه بدبین است. این حالت بدبینی زندگی و آسایش خودش و دیگران را به هم می ریزد.

بنـده افرادی را سـراغ دارم که به خاطر وسواس شدید و بدبینی، کارشان به درگیری و قطع رابطه با فامیل و طلاق کشـیده شده است.

بزرگواری به من می فرمود: خانمی در فامیل ما هست که وسواس دارد. جایی نمی رود. می گویـد: هرکجا دست می گـذارم، یا پا می گذارم نجس است. راحتی ندارد. من نمیدانم با شوهر و بچه ها چطور زندگی می کند!

شیطان می آیـد مـخ ما را می زند. اوست که فرمان می دهد. ما می خواهیم به یاری خدای متعال این فرمان را از دست شـیطان در بیاوریم.

خودآزاری و دیگر آزاری

یکی دیگر از آثـار خطرناك وسواسـی، آزار خود و دیگران است، آزار جسـمی و آزار روحی. آزار دیگران حق الناس است. آدم وسواسـی به جسـمش ضـرر می زند، به روحش ضـرر می زند، به شوهرش و بچه هایش ضرر می زند. به اطرافیانش ضرر می زنـد. به محیط پیرامونش ضـرر می زنـد. در آب و آبریزی زیاده روی می کند. اینها گناه است، حق الناس است. شـما حق هشتاد میلیون را ضایع می کنی؟ حق الله و حق النفس هم هست.

اینها هشدار است. یک مقدار هم حرف خدا را گوش بدهیم. قرآن می فرماید:

يُرِيـدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْـرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْـرَ؛(۱)خداونـد، راحتی شـما را می خواهـد، نه زحمت شـما را؟ خـدا از مـا سـختی نمی خواهد. خدا داد می زند که ما از شما آسانی می خواهیم.

۱- سوره بقره، آیه ۱۸۵.

سرپیچی از فرمان خدا

پیغمبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند: آنهایی که مسافرت می روند، روزه نگیرند. برخی گفتند: نه، ما روزه می گیریم و برخلاف فرمان پیامبر عمل کردند. این حرام و بدعت است. برخی افراد میدانند که روزه برایشان حرام است، ولی می گیرند. خدا به روزه ما نیاز ندارد. وقتی می گویند نگیر، اگر گرفتی برایت گناه می نویسند.

مشکل بزرگ وسواسی ها این است که حرف خدا و پیغمبر را گوش نمی دهند، ولی حاضرند حرف شیطان را گوش بدهند. می گویند: به دلم نچسبید، دلم می گوید: پاک نشد. دلت را رها کن و یک بار هم حرف خدا را گوش بده.

آدم های وسواس و شکاک نمی توانند درست واجباتشان را انجام دهند. گناه روی گناه، ضرر به خود و ضرر به جامعه، اسراف، تضییع عمر و تضییع وقت، ناراحتی اعصاب، تمام وسواسی ها ناراحتی اعصاب دارند.

سرایت وسواس به دیگران

یکی از خطرات وسواس مسری بودن آن است. برخی افراد وسواسی نوه و نتیجه هایشان هم وسواسی می شوند؛ چون یک عادت و فرهنگ غلط در خانواده پایه گذاری می کنند و دودمان خودشان را هم به این بیماری آلوده می کنند. اگر به خودتان رحم نمی کنید، به دیگران رحم کنید، به فرزندان و نسل خودتان رحم کنید!

آیت الله مظاهری کتابی به نام «راهکارهای عملی درمان وسواس» دارند.

ص: ۳۰

در آنجا نوشته اند: مرحوم آیت الله محقق داماد نقل می کردند که یکی از روحانیون سرحوض مدرسه فیضیه داشت وضو می گرفت و با خودش کلنجار می رفت و یک مقدار وضویش را طول می داد.

مؤسس بزرگ حوزه علمیه قم، مرحوم آیت الله حاج شیخ عبدالکریم حائری این صحنه را دیدند. جمله ای در گوشش گفتند و رفتند.

مرحوم آیت الله داماد می گفتند: این فرد تا عمر داشت دیگر سر حوض مدرسه دیده نشد. بعد از او پرسیدم: حاج شیخ به شما چه گفت؟ گفت: به من فرمود: اگر مردم این وضو را از تو یاد بگیرند و خیال کنند وضوی اسلام این است، در روز قیامت چه جوابی داری؟

چنان که نقل کرده اند: خود مرحوم آیت الله حائری وقتی برای وضو گرفتن سر حوض می آمدند، یک مشت آب به صورت می زدند، یک مشت به دست راست، و یک مشت هم به دست چپ و مسح سر و پا را می کشیدند و می رفتند. یعنی وضوی ایشان یک دقیقه بیشتر طول نمی کشید. این وضوئی است که اسلام از ما خواسته است.

یک وقت آدم در خلوت گناهی می کند و به خودش ضرر می رسد. یک وقت یک سنت غلطی می گذارد که به همه سرایت می کند.

ترک واجبات

یکی دیگر از خطرهای وسواس این است که گاهی موجب می شود انسان واجبات را هم ترک کند. وسواس به قدری زیاد می شود که دیگر نماز نمی خواند، روزه نمی گیرند، به اعتقادات پشت پا می زند.

یـک آقـایی می گفت: خـانم من وسـواس است. خـانه قرنطینه است. حق نـداریم به لبـاس و کفشـش دست بزنیم. حق نـداریم نزدیکش برویم. می گفت: یـک بـار من می خواسـتم از این اتـاق به اتـاق دیگر بروم، کفش جلوی پـا نبود. پـایم را در کفش ایشان کردم که بروم. داد و فریاد که چرا پایت را در کفش من کردی.

گفت: خـانمم را مکه بردم، به خـانه کعبه روی کرد و گفت: ای خـدا، تو را قسم می دهم که دیگر مرا نطلب، من نمی خواهم به زیارت خانه تو بیایم! اینجا نجس است. من اینجا می آیم نجس میشوم.

بر اساس روایات کسـی مکه برود و آرزو کند که دیگر برنگردد، عمرش کوتاه می شود. این خانم قسم می دهد که خدایا مرا برنگردان. این خیلی خطرنـاک است. یعنی گنـاه روی گنـاه، تـاریکی روی تاریکی. همه چیز مختل می شود. این هشـدارها را جدی بگیریم.

اختلال در نظام خانواده

وسواس انسان را به جایی می رساند که کانون خانواده به هم بریزد. طلاق و جدایی ایجاد کند. بسـیاری از افراد وسواسـی نمی توانند ازدواج کنند. برخی از افراد می گویند: خانم من می گوید: من وسواسی هستم و نمی توانیم صاحب اولاد شویم. بچه را چطور نگهداری کنیم؟

این بیمار مهلک زنـدگی دنیا و آخرت و روح و جسم و ظاهر و باطن و فرد و جامعه و همه چیز را متلاشـی می کنـد. خـداوند کمک کند تا از این قید و بند رها شویم و آنهایی که اهل وسواس هستند از این قطار پیاده شوند!

امید به بهبود

وسواس خطرش جدی است. اما کسانی که به آن مبتلا هستند، هیچ وقت ناامید نباشند. اطرافیان هم سرکوفت نزنند و ملامت نکنند. انشاء الله راه حل های عملی و آسانی را در بحث های آینده ارائه خواهیم داد تا کسانی که به این ناهنجار مبتلا هستند بتوانند از چنگال آن رهایی پیدا کنند.

وسواسی نیاز به آرامش دارد. این که همه به او حمله کنند و آرامش او را بر هم بزنند، بدتر می شود و بیشتر به سمت شیطان می رود. اطرافیان باید به عنوان یک بیمار به او نگاه کنند.

کسانی که به وسواس شدید و حاد مبتلا هستند و خودشان زورشان نمی رسد با آن مبارزه کنند، باید به روان پزشک مراجعه کنند تا اگر دارویی نیاز هست برایشان تجویز کنند. البته برخی عقلشان قوی است و با هشدارهایی که می دهیم می توانند راحت از قطار وسواس پیاده شوند.

ص: ۳۳

فصل دوم: آشنایی با اصول و قواعد فقهی

اشاره

ص: ۳۵

آسان بودن احکام دین

خانمی در مدینه بعد از حج تمتع گریه می کرد و می گفت: من شک دارم که طوافم را درست انجام داده ام یا نه. حالا از شوهرم فاصله گرفته ام. می گویم شوهرم بر من حرام شده و حج من قبول نیست.

به او گفتم: چون بعد از انجام عمل شک کرده ای بر اساس قاعد فراغ نباید به شک خود اعتنا کنی و اعمالت از نظر شرعی صحیح است. این خانم با شنیدن این مسأله راحت شد. گفت: خدا خیرت بده!

بسیاری از مشکلات ما بر اثر نداستن مسائل شرعی است. اکثر مسائل را بلد نیستند، یا به آنها بد تفهیم شده است، یا شیطان این ها را بازی می دهد، می گویند: به دل ما نمی چسبد.

ما در احکام شرعی حدود بیست اصل داریم که فقهای ما بر اساس آن فتوا می دهند و حکم شرعی را اعلام می کنند. اگر کسی این اصول را قشنگ یاد بگیرد و پیاده کند، از قطار وسواس پیاده می شود.

دین ما دین محکمی است و با عقل و عرف و وجدان و فطرتها سازگار است. در عین حال آسان است. بیان اصول و قواعد فقهی که در واقع بیان احکام دین است، برای همه به کار می آید، به ویژه برای کسانی که در مسائل شرعی و دینی به نوعی وسواس مبتلا هستند.

دانستن این اصول و قواعد به ما کمک می کند که اسیر اوهام و وسوسه های شیطان نشویم و اعمال عبادی و دستورات دینی را به راحتی و آسانی انجام دهیم. خود را به رنج و زحمت نیندازیم و با انجام آنها از لذت های معنوی بهره مند شویم.

از باب نمونه، یکی از آن اصول، اصل طهارت است. اصل طهارت می گوید: به جز دوازده مورد همه چیز پاک است. برای نجاست هم باید یقین کنی. اصل دیگر اصل حلیت است. یعنی جز مواردی که در شرع حرام شمرده شده است، همه چیز حلال است.

اصل استصحاب می گوید: هر چیزی که پیش از این به آن یقین داشته ای با شک به هم نمی خورد. بنا را بر همان یقین سابق باید بگذارد. اگر من قبلاً وضو گرفته ام و الآن شک دارم که وضویم باطل شده یا نه، تا یقین پیدا نکرده ام که باطل شده است، باید بنا را بر این بگذارم که باطل نشده است.

توجه به اصول مهمی که ذکر می شود، برای همه به ویژه کسانی که به وسواس مبتلا هستند، بسیار کارساز و راحت کننده است. هم نگاه انسان را عوض می کند و هم برداشت خوبی از دین اسلام خواهند داشت.

۱)اصل آسان گیری

اشاره

یکی از اصولی که در احکام شرع بسیار کاربرد دارد، اصل سهولت و آسان گیری است. اصلا دین ما دین سهل و آسان است. آیات و روایات متعددی در این باره داریم. همچنین سیره پیغمبر و بزرگان دین بر آسان گیری بوده است.

در فقه شیعی به این اصل، اصل «تیسیر» گفته می شود. «تیسیر در شرع عبارت است از سهل و آسان قرار دادن احکام بر مکلف، به گونه ای که نه تنها فراتر از وسع او نباشد، بلکه کمتر از طاقت او باشد.»(۱)

تیسیر و آسان گیری یکی از مبانی دین ماست . در دین اسلام در هیچ موضوعی از احکام شرعی سخت گیری نشده است که به حد عسر و حرج و سختی برسد. اگر در موردی به عسر و حرج رسید، حکم عوض می شود.

خدای متعال در باره روزه می فرماید:

یَا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا کُتِبَ عَلَیْکُمُ الصِّیَامُ کَمَا کُتِبَ عَلَی الَّذِینَ مِنْ قَبْلِکُمْ لَعَلَّکُمْ تَتَّقُونَ؛(۲) ای افرادی که ایمان آورده اید! روزه بر شما نوشته شده، همان گونه که بر کسانی که قبل از شما بودند نوشته شد؛ تا پرهیزکار شوید.

پشت سرش می گوید: ولی کسانی که مسافرند، یا مریض هستند، یا طاقت ندارند، یا بچه های تازه به تکلیف رسیده که توان گرفتن روزه را ندارند، یا

۱- فرهنگ فقه، ج ۲، ص ۶۷۷.

۲- سوره بقره، آیه ۱۸۳.

پیرمرد و پیرزنی که روزه گرفتن برایشان مشقت دارد و طاقت فرساست، اینها روزه نگیرند. زنهایی که حامله هستند، یا باید بچه شیر بدهند، و روزه برای خودشان یا فرزندشان ضرر دارد، روزه نگیرند. سپس در صدد بیان یک قاعده کلی بر آمده و می فرماید:

یُرِیدُ اللَّهُ بِکُمُ الْیُسْرَ وَلَا یُرِیدُ بِکُمُ الْعُسْرَ؛(۱) خداوند، راحتی شما را می خواهد، نه زحمت شما را!

خدا نمی خواهد به شما سختی و رنج و مشقت بدهد، وگرنه می گفت: مسافرها هم روزه بگیرند. مریض ها و پیرمردها هم بگیرند. روزه را یک ماه قرار داده است. اگر می خواست سخت بگیرد، می فرمود: شش ماه روزه بگیرید. دین ما دین آسانی است.

البته مقصود این نیست که در شریعت مقدس اسلام هیچ نوع دشواری وجو ندارد؛ زیرا به جا آوردن بسیاری از تکالیف شرعی توأم با نوعی سختی است. روزه گرفتن در تابستان همراه با نوعی سختی است. همچنین سایر عبادات از سختی هایی برخوردار است.

اصلا معنای تکلیف همین است. ولی سختی هایش طاقت فرسا نیست. به قدر وسع و توان انسان است. آنچه در اسلام وجود ندارد سختی هایی است که فوق طاقت انسان است، یا مشقت بار است. هرجا احکام به عسر و حرج و زحمتی سنگین و طاقت فرسا رسید، برداشته می شود، یا تبدیل به چیز دیگری می شود. چنان که در قرآن فرموده است:

۱- سوره بقره، آیه ۱۸۵.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا؛(۱)خداوند هیچ کس را، جز به اندازه توانایی اش، تکلیف نمی کند. فقهای بزرگ شیعه در جای جای کتاب فقهی شان از اصل تیسیر و آسان گیری استفاده کرده اند.

آئینی آسان

امام صادق علیه السلام فرمودند: همسر عثمان بن مظعون، نزد پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم آمد و گفت: ای پیامبر خدا، عثمان کارش این شده که روزها را روزه بگیرد و شب ها را به عبادت بگذراند.

پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم با عصبانیت، کفش هایش را برداشت و بیرون رفت و نزد عثمان آمد. دید مشغول نماز است. عثمان، با دیدن پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم نمازش را قطع کرد. پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم به او فرمود:

یا عثمان الله تعالی بالرهبانیه، ولکن بعثنی بالحنیفیه السهله السمحه، أصوم واصلی وألمس أهلی ، لم یرسلنی؛(۲) ای عثمان، خداوند متعال، مرا به رهبانیت نفرستاده؛ بلکه مرا با آیین یکتاپرستی سهل و ساده گیر، فرستاده است. من، هم روزه می گیرم و هم نماز میخوانم و هم با همسرم آمیزش میکنم.

فرمود: من بر یک دین رهبانیتی که مشقت و ریاضت داشته باشد، مبعوث نشده ام. در یک دین سهل و روان و آسان مبعوث شدم. پیغمبر ما می توانست

۱- سوره بقره، آیه ۲۸۶.

۲- الکافی، ج ۵، ص ۴۹۴، ح ۱؛ بحار الأنوار، ج ۲۲، ص ۲۶۴، ح ۳.

صد رکعت نماز واجب کند. اما هفده رکعت نماز واجب قرار داده است. ماه رمضان یک ماه روزه می گیری و یازده ماه آزاد هستی. رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

إن الله تعالی یجب السهل الطلیق؛(۱) خداوند متعال، شخص آسانگیر و راحت را دوست دارد.

بر خود و دیگران سخت نگیریم که خدا انسان های سخت گیر را دوست ندارد. خدا آدم های آسان گیر را دوست دارد. قطعا افراد وسواسی به خودشان و به دیگران سخت می گیرند. خدا سهل و آسان گرفته است، چرا ما به خودمان سخت می گیریم؟!

از سنخ بهشت

از امام صادق علیه السلام روایت شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم اصحاب خود فرمودند:

ألا أخبرکم بمن تحرم علیه النار غداً؛ آیا شما را از کسی که فردای قیامت، آتش بر او حرام است، خبر ندهم؟»

گفته شد: چرا، ای پیامبر خدا فرمودند:

الهین اللین القریب السهل؛(۲)شخص آرام و نرم خو و خون گرم وآسان گیر.

«هین» یعنی آرام، «لیّن» یعنی کسی که نرم و منعطف است. تند و تیز و غلیظ و شدید نیست. «قریب» یعنی کسی که خون گرم است و زود انس

۱- کنز العمال، ج۳، ص۳، ح ۵۱۳۹.
۲- الخصال، ص ۲۳۸، ح ۸۳ بحار الأنوار، ج ۷۵، ص ۵۱، ح ۴.

می گیرد. «سهل» یعنی کسی که بر خود و دیگران آسان می گیرد.

محال است آتش جهنم چنین شخصی را بسوزاند. او صفات بهشتیان را دارد و از سنخ بهشت است و بهشتی است. حافظ در غزلی زیبا می گوید:

دوش با من گفت پنهان کاردانی تیزهوش

وز شما پنهان نشاید کرد سر می فروش

گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع

سخت می گردد جهان بر مردمان سخت کوش(۱)

اگر سخت بگیری، خدا هم بر تو سخت می گیرد. باید جواب بدهی. چرا این قدر آب می ریزی؟ چرا این قدر وضو را تکرار می کنی؟ خدا می گوید: من حرام کردم، دوست ندارم نمی خواهم، آسان بگیر. من آسان گرفتم، تو هم آسان بگیر.

آموزگاری آسان گیر

افرادی که به زیر مجموعه شان سخت می گیرند و در برخوردها و معاشرتها سخت گیری می کنند، و گاهی برای تهیه یک جهیزیه بار سنگینی بر خود می بندد و اسیر تشریفات هستند، خودشان کار را بر خود سخت می کنند. در مسائلی که گفتند نباید سخت بگیریم، سخت نگیریم. پیغمبر

خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

إن الله لم یبعثنی معنتا ولا متعنتا، ولکن بعثنی معلماً میسراً؛(۲)

۱- غزل شماره ۲۸۶.

۲- کنز العمال، ج ۱۱، ص ۴۲۴ ح ۳۱۹۸۹.

خداوند، مرا سخت گیر و آزار دهنده برنینگیخت؛ بلکه مرا آموزگاری آسان گیر برانگیخت.

برای پیغمبر ما رنج امت سنگین و سخت بود. در احکام و آئینی که آورد سخت گیر نبود. «متعنت» یعنی کسی که طرف را به زحمت بیاندازد، ایراد بیجا بگیرد.

خداوند معلم هایی را که به شاگردان و خودشان و دیگران سخت می گیرند دوست ندارد. دنبال یک بهانه می گردد که طرف را بیندازد. پیغمبر خدا می فرماید: من معلم سخت گیری نیستم. معلم بهانه گیری نیستم.

آقایی می گفت: ما دبیری داشتیم که می گفت: من تا به حال نمره بیست به کسی نداده ام. اگر می خواهی به تو بیست بدهم، باید تمام این تاریخ را حفظ کنی. می گفت: حفظ کردم. آمدم جلوی بچه ها جواب دادم. عصبانی شد و گفت: من تا به حال بیست به کسی ندادم، ولی مجبورم کردی به تو بدهم.

البته هرج و مرج را قبول نداریم، ولی سخت گیری هم خوب نیست. فرمود: خدا مرا نفرستاده که سخت گیر و بهانه جو باشم.

مدارا در دین

خداوند در قرآن خطاب به پیامبر اکرم صلی الله علیه وآله وسلم می فرماید:

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا؛(۱)ای پیامبر! ما تو را گواه فرستادیم و بشارت دهنده و انذار کننده!

ابن عباس می گوید: هنگامی که این آیه نازل شد، پیامبر خداصلی الله علیه وآله وسلم

۱- سوره احزاب، آیه ۴۵.

امیر المؤمنین علیه السلام و معاذ بن جبل را که از آنان خواسته بود به سوی یمن رهسپار شوند، طلبید و فرمود:

انطلقا، وبشّرا ولا تنفرا، ویسرا ولا تعسرا؛ فإنه قد انزلت علیّ: یا أیها النبیّ...؛(۱) رهسپار شوید و بشارت دهید و بیزاری ایجاد نکنید. آسان بگیرید و سختگیری نکنید، که بر من این آیه فرود

آمده است: «ای پیامبر! ...».

مخصوصا نسبت به کسانی که تازه مسلمان هستند باید آسان گرفت و با مدارا و نرمی پیش رفت. مرحوم آیت الله بهجت نقل می کردند که عالمی به هند رفته بود و اسلام را عرضه کرده بود. برخی مسلمان شده بودند. دیده بود پنج نماز برای این تازه مسلمانها مشقت دارد. گفته بود: نماز صبح بخوانید. یک ماه نماز صبح خوانده بودند. بعد گفته بودند: خیلی چیز خوبی است. گفته بود: نماز ظهر را هم بخوانید. قدم به قدم.

پیغمبر ما هم اسلام را قدم به قدم جلو برد. اول می گوید: اگر شراب نخورید بهتر است. بعد می گوید: ضرر شراب بیشتر از منافع آن است. آخرالامر می گوید: پلید و عملی شیطانی است و خوردن آن تازیانه دارد و شدیداً نهی می کند. رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

إن هذا الدین متین فأوغلوا فیه برفق، ولا تکرهوا عباده الله إلی عباد الله، فتکونوا کالراکب المنبت الذی لا سفراً قطع ولا ظهراً أبقی؛(۲) به راستی که این دین، استوار است. پس با مدارا، وارد آن

۱- الدر المنثور، ج ۶، ص ۶۲۴.
۲- الکافی، ج ۲، ص ۸۶،ح ۱؛ بحارالأنوار، ج ۷۱، ص ۲۱۱، ح ۳.

شوید. عبادت خدا را نزد بندگانش ناگوار مسازید تا مانند سوارکارتازه کار شوید که نه راهی پیموده و نه مرکبی باقی گذاشته است.

دین اسلام دین محکم و متینی است، با مدارا و نرمی باید آن را بیان کرد. بعضی پدر و مادرها در انجام عبادات، یا غسل و وضو طوری عمل می کنند و سخت می گیرند که بچه ها وقتی می بینند، می گویند اصلا من این دین را نمی خواهم. مراقب باشید باعث دین زدگی و دین گریزی مردم نشویم.

سبک برگزار کردن نماز جماعت

امیرالمؤمنین علیه السلام در نامه خود به مالک اشتر می نویسند:

وإذا قمت فی صلاتک للناس فلا تکونن منفراً ولا مضیعاً؛ فإن فی الناس من به العله وله الحاجه، وقد سألت رسول الله حین وجهنی إلی الیمن: کیف اصلی بهم؟ فقال: صل بهم کصلاه أضعفهم وکن بالمؤمنین رحیماً؛(۱) و چون برای مردم به امامت نماز ایستی، نه چندان با طول و تفصیل برگزار کن که مردم از نماز جماعت خسته و گریزان شوند و [نه با فرو گذاردن واجبات و آدابش] آن را ضایع گردان؛ زیرا در میان کسانی که با تو نماز میخوانند، افراد بیمار و گرفتار نیز هستند. هنگامی که رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم مرا به یمن فرستاد از ایشان پرسیدم که چگونه با آنها نماز بگزارم؟ فرمود: همچون ناتوان ترین آنان نماز بگزار، و با مؤمنان مهربان باش.

۱- نهج البلاغه، نامه ۵۳.

امام جماعت سعی کند مراعات ضعیف ترین مأموم ها را بکند. یعنی حال مأمومی را که بیمار و پیر است مراعات کند. نماز جماعت کوتاه و مختصر باشد. سخنرانی ها کوتاه و مختصر باشد. دعا و مراسم کوتاه و مختصر باشد.

نماز جماعت پیغمبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم کوتاه بوده است. به انجام واجبات نماز اکتفا می کردند. کوتاه سخن می گفتند. در سیره پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم آمده است:

و کان أخف الناس صلاه فی تمام و کان أقصر الناس خطبه؛(۱) و نمازش در جماعت از همه کس سبک تر و سخنرانی اش از همه کس کوتاه تر بود.

بهره مندی از رخصت خداوند

این که مسافر بگوید: من بدنم قوی است، در مسافرت هم روزه می گیرم، حرف خدا پسندی نیست. رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

إن الله یحب أن تؤتی رخصه کما یجب أن تؤتی عزائمُهُ؛(۲)خداوند، همچنان که دوست دارد واجباتش عمل شود، دوست دارد رخصتهایش نیز به جا آورده شود.

یعنی اگر خداوند فرمود: در مسافرت روزه نگیر، بگوییم چشم. اگر فرمود: چیزی را که نمی دانی پاک است، یا نجس، بنا را بگذار بر این که پاک است بگوییم: چشم و بنا را بر پاک بودن آن بگذاریم.

چنان که خداوند دوست دارد که به رخصتهایش ارج نهیم و به آن عمل کنیم، اگر بر خلاف آن عمل کردیم، خشمگین می شود. پیامبر خدا فرمودند:

۱- مکارم الأخلاق، ص ۲۳؛ بحار الأنوار، ج۱۶، ص ۲۳۶.

۲- کنز العمال، ح ۵۳۳۴.

إن الله يغضب على من لاـ يقبل رخصه؛(۱) خداوند از کسی که رخصت های او را نپذیرد(و مورد عمل قرار ندهد)، خشمگین می شود.

جاهایی که خدا رخصت داده و فرموده است: من می خواهم این امتیاز را بدهم، آسان بگیرم و سخت نگیرم، اگر کسی به این تخفیف خداوند اعتنا نکند، خشم خداوند را برای خودش خریده است. کسی که بگوید: با این که خداوند فرموده است اگر روزه ضرر دارد، نباید روزه بگیری، ولی با این وجود من روزه می گیرم، این کارش خشم خدا را به جوش می آورد؛ چون دارد خلاف تکلیف عمل می کند و بدعت می گذارد. ما باید تابع امر خدا باشیم.

مدارا با نفس، در عبادت

اصل آسان گیری بسیار با اهمیت است. کسی حال دارد، نماز شب طولانی بخواند. اگر حال ندارد، همان سه رکعت آخر را بخواند. یا این که بعد از نماز عشا دو رکعت نماز نافله نشسته بخواند. ولی با توجه و میل و رغبت باشد.

دو رکعت نمازی که با عشق می خوانی، بالاتر از صد رکعتی است که با اکراه بخوانی. امام صادق علیه السلام فرمودند:

لا تکرهوا الی انفسکم العباده؛ عبادت را به نفس های خود تحمیل نکنید.

یعنی کاری نکنید که از عبادت زده شوید و حالت اکراه داشته باشید. امیر المؤمنین علیه السلام در نامه خود به حارث همدانی نوشتند:

خادع نفسک فی العباده وارفق بها ولا تقهرها، وخذ عفوها و

۱- بحار الأنوار، ج ۸۰ ص ۳۳۵، ح ۶.

نشاطها، إلا ما كان مكتوباً عليك من الفريضه؛ فإنه لابـدّ من قضائها وتعاهـدها عنـد محلها؛[(۱)]نفس خود را برای عبـادت کردن بفریب و بـا آن مـدارا کن و به زور، به عبـادت وادارش مساز و از اوقات فراغت و سرخوشـی آن [برای عبادات مسـتحبی] بهره بر گیر، مگر فرایضی که بر تو واجب گشته است، که در این موارد باید آنها را به موقع انجام دهی و بر آنها مواظبت نمایی.

غلبه آسانی بر سختی

اگر خداوند در یک جایی هم سخت گرفته، کنارش آسانی های فراوانی گذاشته است. می فرماید:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا؛[(۲)]به یقین با هر سختی آسانی است! (آری) مسلما با هر سختی آسانی است.

یعنی در کنار هر سختی، آسانی است. در ذیل این آیه در روایت زیبایی آمده است که پیغمبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم از منزل خارج شدند، در حالی که متبسم و خندان بودند. فرمودند: «لن یغلب عسر یسرین؛[(۳)] یک عسر و سختی هرگز بر دو یسر و آسانی غلبه نمی کند.

خدا تکرار کرده است. «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْـرِ يُسْـرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْـرِ يُسْـرًا .چون یسـر نکره آمده است، از نظر قاعده عربی دو سـر است و عسر معرفه آمده است و هر دو یکی است. یعنی خداوند با هر سختی دو تا آسانی قرار داده است.

۱- نهج البلاغه، نامه ۶۹.

۲- سوره شرح، آیه ۵ و ۶.

۳- کنز العمال، ج ۲، ص۱۴، ح ۲۹۴۶.

بنابراین، یسر و آسانی بر سر و سختی غلبه دارد. از این جهت حضرت متبسم و خندان بودند. این دو یسر، عسر را از بین می برد و ریشه اش را می زند. دین ما دین آسانی است. اصل آسان گیری در دین اصل مهمی است.

ص: ۵۰

۲)قاعده نفی عسر و حرج

اشاره

یکی از قواعد احکام اسلام، قاعده نفی عسر و حرج است. قاعده نفی عسر و حرج از قواعد مشهور فقهی است که در بسیاری از فروع فقهی، بلکه مسائل اصولی کاربرد دارد.

مراد از قاعده نفی عسر و حرج این است که در شریعت مقدس اسلام، خداوند هیچ حکم حرجی و سخت و دشواری بر مکلفان تشریع نکرده است.

«حرج» به معنای ضیق و تنگی و تنگنا آمده است. و واژه «عسر» ضد «یسر» است و به معنای ضیق و دشوار و سخت به کار می رود. چنان که در قرآن کریم هم به همین معنا آمده است.

برخی در تفاوت عسر با حرج گفته اند: هرگاه این دو با هم ذکر شوند، عسر نسبت به بدن است و حرج نسبت به نفس خواهد بود. اما اگر جدای از هم به کار روند، هریک شامل دیگری نیز می شود.(۱)

پس دین پیغمبر ما دین آسانی است. هرجا به عسر و حرج و مشقت رسید، حکم دیگری پیدا می کند. خداوند در قرآن فرموده است:

وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ؛ خداوند در دین برای شما تنگنایی قرار نداده است.

بنا بر قاعده نفی عسر و حرج، هرکجا به زحمت افتادی و به شما فشار آمد، رها کن. آنجا وظیفه و تکلیف چیز دیگری است.

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۴۳۷.

کلی را بیان می کنند. احکام و جزئیات را بر اساس آن اصول کلی می توان استنباط کرد، که البته این کار فقیه است.

یکی از مصادیق عسر و حرج

خداونـد در قرآن یکی از مصادیق عسـر و حرج را بیان فرموده و در پایان به ذکر این قاعده پرداخته است. درباره عسـر و حرج در وضو و به هنگام تنگنای آب و یا تنگنای مصرف آن می فرماید:

وَإِنْ کُنْتُمْ مَرْضَـی أَوْ عَلَی سَـفَرٍ أَوْ جَـاءَ أَحَـدٌ مِنْکُمْ مِنَ الْغَائِـطِ أَوْ لَامَسْـتُمُ النِّسَـاءَ فَلَمْ تَجِـدُوا مَـاءً فَتَیَمَّمُوا صَـعِیدًا طَیِّبًـا فَامْسَـحُوا بِوُجُوهِکُمْ وَأَیْـدِیکُمْ مِنْهُ مَا یُرِیدُ اللَّهُ لِیَجْعَلَ عَلَیْکُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَکِنْ یُرِیدُ لِیُطَهِّرَکُمْ وَلِیُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَیْکُمْ لَعَلَّکُمْ تَشْـکُرُونَ؛(۱)و اگر بیمار یا مسافر باشـید، یا یکی از شـما از محل پستی آمده [قضای حاجت کرده]، یا با زنان تماس گرفته (و آمیزش جنسی کرده ایـد)، و آب (برای غسل یا وضو) نیابیـد، با خاک پاکی تیمم کنیـد و از آن، بر صورت پیشانی و دسـتها بکشـید. خداونـد نمی خواهد مشـکلی برای شما ایجاد کند، بلکه می خواهد شما را پاک سازد و نعمتش را بر شما تمام نماید؛ شاید شکر او را به جا آورید!

خدا حرج و سـختی در دین برای شـما قرار نداده است. هرجا دیدید که آب وجود ندارد، یا به دست آوردن آن مشقت شدید دارد، یا آب ضرر دارد، غسل و وضو تبدیل به تیمم می شود. تیمم هم ده ثانیه وقت می برد. بعضی ها

۱- سوره مائده، آیه ۶.

چقدر روی تیمم وسواس دارند. دستتان را روی خاک یا سنگ میزنید و به پیشانی و بعد دست چپ را روی دست راست می کشید. و سپس دست راست را روی دست چپ و تمام. چه بسا این از همه بیشتر قبول باشد.

یکی از شاگردان امام راحل نقل کردند که امام فرمودند: خرداد ماه سال ۱۳۴۲، آن روزی که ساواکیها ما را از قم بردند، سحر بود. برای این که مبادا مردم متوجه و مانع شوند، شبانه ما را با یک جیپ ارتش به تهران بردند.

در بین راه وقت اذان صبح شد. گفتم: به من دو دقیقه مهلت بدهید بیایم پایین و نماز بخوانم. گفتند: می ترسیم نگه داریم و مردم با خبر شوند. هرچه خواهش کردم، گفتند: نه، باید در همین ماشین نماز بخوانی. با یک ذره خاکی که در کف ماشین بود تیمم کردم.

در ایران قبله رو به جنوب است. از قم هم که به تهران می آییم پشت به قبله است. در جیپ ارتش، پشت به قبله، با تیمم نماز خواندم. خدا از ما همین را می خواهد. خدا را چه دیدی! شاید همین نماز از همه نمازها بیشتر قبول شود. چه بسا عبادت هایی که به دل ما نچسبیده، قبول شود و آن که به خیال خودمان درست بوده است، اصلا قبول نشود.

ص: ۵۳

۳)اصل طهارت

اشاره

اصل دیگری که بسیار مهم است و برای عموم وسواسی ها در طهارت و نجاست کاربرد دارد، «اصاله الطهار»، یا قاعده طهارت است. این اصل ها به وسواسی ها بسیار کمک می کند تا از قطار وسواس پیاده شوند. همچنین آگاهی از آن برای پیشگیری از وسواس بسیار مفید است.

قاعـده طهـارت از قواعـد مشـهور فقهی است و عبـارت است از حکم به طهارت و پاکی هر چیزی که پاکی اش مشکوک می باشد.(۱) مثلاـ اگر مایعی است که نمی دانیم ادرار است و نجس، یا آب است و پاک، این قاعـده و اصل به ما می گویـد: این مایع پاک است و نجس نیست. بنابراین، پرهیز از آن لازم نیست. امام صادق علیه السلام فرمودند:

کل شـیء نظیف حتی تعلم أنه قدر، فإذا علمت فقد قدر، وما لم تعلم فلیس علیک؛(۲)هرچیزی پاک است، تا آن که از نجس بودن آن آگاه شوی و هنگامی که آگاه شدی، آن گاه، نجس خواهد

بود، و تا زمانی که نمیدانی، وظیفه ای نداری.

بر اسـاس این اصل آنچه در عالم وجود دارد پاک است، جز آنچه شـرع مقـدس اسـلام به نجاست آن تصـریح کرده است. در عـالم چقـدر موجود داریم؟ نمی توانیم بشـماریم. در کره زمین انواع بیشـمار جمادات و گیاهان و حیوانات وجود دارنـد. تمام موجودات عالم پاک هستند، جز یازده چیز که خدا گفته نجس است.

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۲۶۲.

۲- وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۱۰۵۴، ح ۴.

شمار نجاسات

آن یازده چیز عبارت اند از: بول، مدفوع، منی، خون، مردار، سگ، خوک، کافر، مایعات مست کننده، آبجو، و عرق حیوان نجاست خوار.این یازده چیز بر اساس اجماع فقها نجس هستند و باقی چیزها پاک اند.

برخی از چیزهای نجس هم با شرایط خاصی نجس نیستند. مثلا گوسفندی که ذبح شرعی شده است و خون به طور معمول از آن رفته است، خون باقیمانده در بدنش پاک است، البته خوردن آن خون حرام است.

بسیاری از مراجع می گویند: اهل کتاب، یعنی آنهایی که کتاب آسمانی دارند، مثل یهودیها و مسیحی ها پاک هستند، ولی کفار و مشرکینی که بت پرست، یا آتش پرست هستند، یا کتب آسمانی ندارند نجس اند.

این ها امور اعتباری است و این نکته مهمی است. خیلی جاها می گویند: اگر نمی دانید، عیبی ندارد، برای شما پاک است. من نمیدانستم و غذای نجسی خوردم. من نمی دانستم و با لباس نجس نماز خواندم. در این صورت اشکالی ندارد و نماز من صحیح است. اگر امر واقعی بود باید باطل باشد. بنابراین، این امور اعتباری و قراردادی است.

حکم به نجاست

این چند چیزی را هم که خدا گفته نجس است، باید یقین صد در صد داشته باشید که همان چیز است. علم یقینی و صد در صدی باید داشته باشی، به طوری که بتوانی روی آن قسم بخوری.

وسواسی هایی که با اندک احتمال نجاست، حکم به نجاست چیزی

می کننـد، بر خلاف گفته خـدا و پیغمبر عمل می کننـد. می گویند: شاید این نجس باشد، شاید نجاست ترشح شده باشد. این درست نیست. باید یقین کند. با احتمال نمی توانیم حکم به نجاست کنیم، بلکه باید صد در صدی باشد و یقین داشـته باشی و بتوانی روی آن قسم بخوری.

من یـادم هست مرحوم آیت الله گلپایگانی سـحرها برای نماز به حرم می آمدنـد. سابق برف و باران زیاد می آمـد و سـگها در کوچه ها زیاد رفت و آمد داشتند، یا گاهی گوسفند می کشتند و گوچه ها خون آلود می شد.

ایشان وقتی برای نماز می آمدنـد، به عبایشان گل پاشـیده بود. بعضـی از افرادی که حساس بودنـد به آقا می گفتنـد: آقا عبای شما گلی شـده است. ایشان می فرمود: چه عیب دارد؟ بعد هم در حرم نماز می خواندند. می گفتند: گاهی سگ از آنجا عبور می کند، یا خونی ریخته می شود.

می فرمود: خوب بریزند! اگر خدا می گفت واجب است با عبای نجس و لباس نجس نماز بخوانید، برای شـما یقین حاصل می شـد که لباس شـما نجس است و می توانیـد با آن نماز بخوانیـد؟ می گفتند: نه! یقین نداریم. با این که شاید سگ رفته باشد و شاید اینجا خون ریخته باشد، نمی توان حکم به نجاست کرد.

تجسس در نجاست

تجسـس و تفحص هم لازم نیست. وسواسـی ها دائم تجسـس می کننـد تا بلکه بتواننـد به نجاستی دست یابنـد و این بر خلاف دستورات شرع است. باید تا می توانیم از دستیابی به نجاست پرهیز کنیم.

امیر المؤمنین علیه السلام از جایی رد می شدند. قطرات آبی به لباس آن حضرت

پاشید. فرمودند:

ما أبالی أبول أصابنی أو ماءٌ إذا لم أعلم؛(۱) مادامی که نمیدانم آن چیست، پروا ندارم که ادرار به من اصابت کرده باشد یا آب؟

یعنی نمیدانم آنچه به من رسیده ادرار است، یا آب. چون نمیدانم وظیفه من این نیست که از آن پرهیز کنم. برای من تکلیفی نمی آورد که بخواهم لباس یا بدنم را آب بکشم.

از کلام حضرت برمی آید که احتمال ادرار بودن آن وجود داشته است، شاید هم احتمال قوی می دادند که ممکن است ادرار باشد، ولی می فرمایند: باکی ندارم که از آن پرهیز نکنم و با همان نماز بخوانم.

به صرف احتمال نجاست چیزی نمی توان حکم به نجاست آن کرد، بلکه یا باید به نجاست آن یقین صد در صد پیدا کنیم، یا دو نفر عادل به نجس بودن آن شهادت بدهند. مثلاً بگویند: ما دیدیم که بچه اینجا ادرار کرد. سوم این که صاحب خانه بگوید: مثلا این فرش نجس است. در این سه صورت نجاست آن ثابت می شود.

پرهیز از احتیاط در نجاست

امام راحل رحمه الله مدتی در پاریس بودند. آنجا اکثر مسیحی هستند. عبا و قبایشان را به خشکشویی می دادند. خشکشویی هم همه نوع لباسی را با هم می شویند و خشک می کنند. می گفتند: برای ما مانعی ندارد.

یکی از نزدیکان امام می گوید: ما برای حمام رفتن احتیاط می کردیم و

۱- من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۷۲.

می گفتیم: همه نوع آدمی اینجا حمام رفته است. جلوی امام پارچه ای انداختند تا وقتی از حمام بیرون آمدند، پایشان را روی آن بگذارند. امام پارچه را برداشتند و پایشان را روی زمین گذاشتند و گفتند: این کار شما بیخود است و احتیاط لازم نیست.

عروس امام می گوید: من وضو گرفتم. امام آمدند وضو بگیرند، گفتم: آقا شیر را آب بکشید. گفتند: برای چه؟ آب نمی کشم. چه کسی گفته آب بکشم؟ لزومی ندارد اسراف کنیم.

یکی از نزدیکان مرحوم آیت الله بهاءالدینی شوخی می کرد و می گفت: خانم ایشان می گوید: آقا اصلا کاری به نجاست و طهارت ندارد. با همان پا از حمام بیرون می آید، بدون این که آن را آب بکشد.

مرحوم آیت الله حاج آقا حسن صافی اصفهانی، از بزرگان اصفهان و از شاگردان آیت الله العظمی خویی بودند. ایشان مسائل را سهل و آسان می گرفتند و حقیقت دین را پیاده می کردند.

یکی از دوستان که با ایشان به سفر حج یا عمره رفته بود، می گفت: در مسجد شجره زائران قبل از این که احرام ببندند، دستشویی می روند و کنارش هم دوش حمام است. به ایشان گفتم: حوله به زمین کشیده شد و نجس شد. فرمود: نجس نیست. گفتم: زمین تر بود.

فرمود: تر باشد و برای این که ثابت کند نجس نیست، با حوله احرامشان روی زمین نشستند. گفتند: حالا به دلت نشست؟ آیت الله و مجتهد با حوله روی زمین تر نزدیک دستشویی و حمام عمومی می نشیند تا بفهماند نجس نشده است. بعد فرمود: من با همین احرام اعمالم را انجام می دهم.

چرا اینقدر از نجاست وحشت می کنیم؟ آقای فلاح زاده می گفتند: وسواسی داریم که شیلنگ می گیرد وسط اتاق و حیاط، می گوید: هوا نجس است. این کارها آدم را به حد جنون می رساند. چنین شخصی خواب و راحتی ندارد. دیگران را هم آزار می دهد.

شرایط زندگی پیامبر و امامان علیهم السلام

پیغمبر و امامان علیهم السلام در زمان و شرایطی زندگی می کردند که آب لوله کشی نبود. آب حوض نبود. از چاه آب می کشیدند، یا با مشک آب می آوردند. برای خوردن و شست و شو در زحمت و مضیقه بودند. مخصوصا در مسافرت که امکانات نبود. در جنگ سپر را آب می کردند و زخمها را میشستند. با این شرایط سخت آبی نماز می خواندند.

قبل از بعثت مردم مکه عموما بت پرست و نجس بودند. پیغمبر با اینها معاشرت داشتند. هم غذا و هم سفره می شدند. مهمانی می کردند و مهمانی می دادند. شرایط بسیار سختی بود. با این وجود هیچ مشکلی در انجام فرائض خود نداشتند.

پیامبر و مسلمانان سه سال در شعب ابی طالب که درهای کنار مسجدالحرام است، در محاصره مشرکین مکه بودند. سه سال در این دره زندگی می کردند. امکانات در حد صفر بود. چطور زندگی می کردند؟ با آن شرایط بندگی خدا را می کردند.

در مدینه که بودند، گاهی بچه هایشان را می آوردند تا پیغمبر در گوششان اذان بگویند. بچه در دامن پیغمبر ادرار می کرد. پدر و مادرش به شتاب

می آمدند تا بچه را بگیرند. پیغمبر می فرمود: نه، ادرار او را قطع نکنید و بگذارید با آرامش ادرار کند. بعد تطهیر می کردند.

پیغمبر و اهل بیت علیهم السلام مسأله طهارت و نجاست را سهل می گرفتند؛ با همه معاشرت می کردند، دست می دادند، می بوسیدند، مهمانی می رفتند و مهمانی میدادند. در حجاز آن زمان محال بود کسی بتواند وسواس شود.

حضرت امیر علیه السلام در غدیر خم وقتی می خواستند بیعت کنند، تشت آب گذاشتند، هزاران خانم آمدند و در آن آب دست فرو بردند و حضرت امیر علیه السلام هم دست در آن دست فرو بردند. این علامت بیعت بوده است. اگر کسی وسواسی بود می گفت: من دست نمیزنم! اگر زندگی پیغمبر و اهل بیت علیهم السلام را در نظر بگیریم خیلی راحت می شویم.

شرایط عصر حاضر

اما زندگی در عصر حاضر با امکانات فراوان و تکنولوژی گسترده، شرایط را برای ما بسیار سهل و آسان کرده است و بسیاری از مشکلاتی که در قدیم الأیام، به ویژه زمان حضرات معصومین علیهم السلام وجود داشته مرتفع ساخته است و دیگر از آن معضلات خبری نیست. و به خصوص جریان اصل طهارت را به طور گسترده برای ما قابل اجرا و اطمینان بخش کرده است.

به عنوان نمونه، اگر کسی سؤال کند که حکم ترشحاتی که در دستشویی یا توالت فرنگی وجود دارد چیست؟ می گوییم: وقتی با شیر آبی که به کُر وصل است خودمان را می شوییم، ترشحات آن هم پاک است.

اگر بپرسند: بچه ما با کفش داخل توالت شده و با همان کفش روی فرش

ص: ۶۰

آمده است، آیا کفش های او نجس است؟ در پاسخ می گوییم: اطراف توالت و حتی خود توالت اگر با شیلنگ آب ریزی می شود، نمی توانیم بگوییم نجس است. اگر عین نجاست در آنجا نباشد، پاک است.

در مورد لباسشویی هم اگر عین نجاست شسته شود، اما رنگ و بوی نجاست باقی بماند، مشکلی ندارد. پاک است. چون آب آن وصل به شیر است و چرخش دارد. هم خود ماشین لباسشویی پاک می شود، هم لباس هایی که درون آن است.

پرهیز از وارسی برای یافتن نجاست

یکی از شگردهای مهم شیطان و افرادی که گرفتار وسواس می شوند، این است که دائم کنجکاوی می کنند. در اسلام تجسس و کنکاوی نهی شده است. چه کار داریم که ثابت کنیم این بول است یا این خون است؟ اصلا چه کار داریم نگاه کنیم؟

لزومی ندارد من این قدر وارسی کنم که این فضله موش است یا چیز دیگر. اگر شک دارم، برای من اشکالی ندارد. اگر بدون تجسس چشمم به چیزی خورد که یقین کردم خون و فضله موش است برای من نجس است. ولی اگر برای من ثابت نشد، می توانم چشمم را ببندم و مصرف کنم.

تخم مرغ های محلی گاهی درونش خون است. یکی از علمای بزرگی به خانمش می گفت: تخم مرغ هایی که می خواهی درست کنی، در تاریکی به هم بزن و درست کن تا بخوریم. هیچ اشکالی ندارد. لزومی ندارد ما تخم مرغ را وارسی کنیم که خون درونش هست یا نیست.

اگر هم یک وقت ناخواسته چشمت افتاد، به فتوای بیشتر علما پاک است البته خوردن آن خون جایز نیست. باید خون آن را جدا کرد و بقیه قابل مصرف است.

اگر فضله پرنده ای به لباس یا بدن شما اصابت کرد و نمی دانید پاک است یا نجس، لازم نیست وارسی کنید. به حکم اصل طهارت پاک است. البته بسیاری از مراجع فعلی فضله پرندگان حرام گوشت را هم پاک میدانند.

آسان ترین احکام در اسلام، احکام طهارت و نجاست است که برخی از ما آن را برای خودمان سخت و مشکل می کنیم. غیبت، تهمت، دروغ و بداخلاقی و رشوه و حق الناس و ضرر به دیگران برای برخی افراد مهم نیست، اما همه هم و غم خود را صرف نجس و پاکی می کنند.

ص: ۶۲

۴)اصل حلیت

گسترهٔ قاعده حلیت

یکی دیگر از اصول فقهی شیعه، اصل حلیت است که از آن به «اصل اباحه» و «قاعده حلیت» نیز تعبیر می شود.

قاعده حلیت از قواعد مشهور فقهی است و عبارت است از این که هرگونه تصرف ، مباح و حلال است، مگر آن که حرمت و منع آن ثابت شده باشد.

قاعده حلیت وظیفه عملی مکلف را هنگام شک در مباح بودن تصرف در چیزی، همچون خوردن، نوشیدن، پوشیدن، فروختن، و خریدن، مشخص می کند و در تمامی ابواب فقه، اعم از عبادات و معاملات جاری می شود.(۱)

خداوند که عالم را خلق کرده، فرموده است: عالم را برای شما خلق کردم. فقط موارد خاص مثل نجاست که یازده چیز بودند و مال حرام و ربا و چیزهایی را که مشخص شده است حرام است، اما بقیه چیزها حلال است.

این اصل به خوراکی اختصاص ندارد، بلکه در پوشاک، خرید و فروش هم جریان دارد. هر چیزی که شک کردی که حلال است یا حرام، و شرع مقدس به حرمت و یا حلال بودن آن تصریح نکرده است، برای شما حلال است. مثل این که بگویند: همه خیابانها ورودش آزاد است، مگر خیابانی که تابلو ورود ممنوع زده باشند.

هرجا در مورد چیزی که حکم مشخصی از سوی شارع برای آن نیامده

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۲۱۸.

وسواس است شک کردیم که حلال است یا حرام، بر اساس آیات قرآن کریم و روایات و فتوای فقهای شیعه حلال است. خداوند در قرآن در این باره فرموده است:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ؛(۱)ای مردم! از آنچه در زمین است، حلال و پاکیزه بخورید. و از گامهای شیطان، پیروی نکنید؛ چه این که او، دشمن آشکار شماست!

قُلْ لَا أَجِدُ فِي مَا أُوحِيَ إِلَيَّ مُحَرَّمًا عَلَى طَاعِمٍ يَطْعَمُهُ إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحًا أَوْ لَحْمَ خِنْزِيرٍ فَإِنَّهُ رِجْسٌ أَوْ فِسْقًا أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ؛(۲) بگو: «در آنچه بر من وحی شده، هیچ غذای حرامی نمی یابم؛ به جز این که مردار باشد، یا خونی که (از بدن حیوان) بیرون ریخته، یا گوشت خوک که اینها همه پلیدند، یا حیوانی که به گناه، هنگام سر بریدن، نام غیر خدا [نام بت ها] بر آن برده شده است.»

مسعده بن صدقه از امام صادق علیه السلام روایت می کند: شنیدم که آن حضرت می فرمودند:

کل شیء هو لک حلال حتی تعلم أنه حرام بعینه فتدعه من قبل نفسک؛(۳) هر چیزی برای تو حلال است، مگر آن که علم به حرمت آن پیدا کنی. در این صورت آن را ترک کن.

مسافرتی که می خواهند بروند. چیزی ها که می خواهند بخرند یا بفروشند،

۱- سوره بقره، آیه ۱۶۸.

۲- سوره انعام، آیه ۱۴۵.

۳- وسائل الشیعه، ج۱۷، ص ۸۹.

چیزهای که می خواهند بخورند، و در تمام چیزها، هرجا چراغ قرمز است و ممنوع شده است، باید دست نگه دارند، اما بقیه چیزها حلال است.

مهمانی هایی که می رویم و نمی دانیم از مال حلال است یا نه، برای ما حلال است. حقوقی که کارفرما به ما می دهد، وقتی علم به حرمت آن نداریم، برای ما حلال است.

لازم نبودن تحقیق

آیا لازم است تحقیق کنیم که این صاحبخانه، این کارفرما، این شخص مالش حلال است یا نه؟ نه، لازم نیست تحقیق کنیم. برای ما حلال است.

در روایت دیگری آمده است که امام باقر علیه السلام فرمودند:

کل ما کان فیه حلال و حرام، فهو لک حلال حتی تعرف الحرام بعینه، فتدعه؛(۱) هر چه حلال و حرام دارد برای تو حلال است تا خود حرامش را بدانی و آن را وانهی.

در بازار الآن جنس قاچاق هست، جنس دزدی هست، برای ما که نمی دانیم، حلال است. من نمی دانم و لازم هم نیست تحقیق کنم. ممکن است در بازار گوسفندی که ذبح شرعی نشده است بیاورند. برای ما که نمیدانیم، با صرف احتمال حرام نمی شود، بلکه حلال است. اگر حلال و

حرامی در یک جایی قاطی شده است و من نمی دانم، برای من حلال است. این حکم خداست.

این اصول به ما کمک می کند که راحت زندگی کنیم و مبتلا به وسواس

۱- الکافی، ج ۵، ص ۳۱۳؛ وسائل الشیعه، ج۱۷، ص ۸۹.

نشویم. چون برخی افراد در حلال و حرام وسواس دارند.

این که گفته اند از مال شبهه ناک پرهیز کنید، برای اینجا نیست. مال شبهه ناک جاهایی است که آدم می داند فامیلش قاچاقچی است، آنجا آدم احتیاط کند. اگر یقین دارد همه اموالش شبهه دارد، انسان در آنجا محدودیت دارد. البته نه این که دیگر دست به سیاه و سفید نزند و چیزی نخورد.

اثر وضعی مال حرام واقعی

این هم یک بحثی است بین علما که آیا حرام واقعی هم اثر دارد یا نه؟ من خانه کسی رفتم و حرام واقعی بود و من نمیدانستم، این برای من حلال است. آیا این خوردن از آن در من اثر وضعی دارد؟ همه این اثر را قبول ندارند. اگر اثر کند که کار مردم خیلی مشکل می شود.

مثلا حضرت موسی و حضرت آسیه در خانه فرعون بودند و غذای فرعون را می خوردند. مؤمن آل فرعون که پسر عمه فرعون بود و اسمش در قرآن آمده است، از غذاهای فرعون می خورد. در زمان طاغوت بسیاری حقوقشان را از طاغوت می گرفتند. خدا اثرش را بر می دارد. چون یقین نداریم عین این خوراک و پول حرام است، برای ما حلال است. البته انسان به اندازه باید احتیاط کند و در احتیاط زیاده روی نکند.

علم به حرمت

حضرت فرمودند: « کل ما کان فیه حلال و حرام، فهو لک حلال حتی تعرف الحرام بعینه، فتدعه؛(۱) هر چه حلال و حرام دارد، برای تو حلال است

۱- الکافی، ج ۵، ص ۳۱۳، وسائل الشیعه، ج۱۷، ص ۸۹.

تـا خود حرامش را بـدانی و آن را وانهی.» اگر یـک جـایی قاطی است، برای شـما حلال است، مگر جایی که بـدانی این حرام مسلم است و آنجا رهایش کنی. بعد فرمودند:

و الأشـیاء کلها علی هذا حتی یسـتبین لک غیر ذلک أو تقوم به البینه؛ همه اشیا به همین صورت هستند، مگر آن که خلاف آن برای تو آشکار شود، یا ب�نه بر آن اقامه گردد.

در همه چیز راه برای شـما بـاز است. همه جا برای شـما حلال است، تا جایی که غیر حلال بودن آن برای شـما ثابت شود. مثلا بفهمی که مال دزدی است. در این صورت خریـد و اسـتفاده از آن جایز نیست. الآن غـذای جدیـدی آمده است که نمی دانیم حلال است یا حرام. این برای ما حلال است، مگر این که دستور برسد که این حرام است.

امام صادق علیه السلام فرمودند:

کل شیء مطلق حتی یرد فیه نهی؛(۱)هر چیزی جایز است تا مادامی که نمیای از آن (از ناحیه شارع) وارد شود.

هر چیزی رها و آزاد و جایز است، مگر این که برای آن یک نهی آمده باشد، یا قیدی داشـته باشد. قاعده کلی آزادی و حلال بودن و جواز هرکـاری است که می خواهی بکنی، مگر جایی که نهی آمـده است و گفته انـد نکن. تا وقتی که پلیس نگفته از این اینجا نرو، راه برای شما باز است. ما خیلی سخت گرفته ایم، در حالی که سیره پیغمبر و امامان ما هم همین طور بوده است.

۱- من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۳۱۷؛ وسائل الشیعه، ج ۶، ص ۲۸۹.

اگر ما با خانواده ای رفت و آمد می کنیم که نمیدانیم خمس می دهد یا نه، یا نمی دانیم مالش حلال است یا حرام، برای ما حلال است. اما اگر یقین داریم که منابع درآمد این آقا فقط از راه ربا و نزول است، فقط از راه قاچاق است، فقط از راه حرام است، باید پرهیز کرد. در چنین مواردی تجسس لازم نیست.

تجسس در امر نجاست

تجسس و تفحص بحث مفصلی است که بخشی از آن در مورد مباحث اخلاقی است. قرآن فرموده است: «وَلَا تَجَسَّسُوا ؛(۱)تجسس نکنید.» تجسس یعنی تفتیش و جست و جو کردن از کار دیگران. تجسس از عیوب و لغزش های مسلمان به نص قرآن کریم ممنوع و حرام است.

البته تجسس به معنای زیر نظر گرفتن کارمندان دولت و نظارت بر آنان در چار چوب ضوابط، جایز، بلکه مطلوب است.

بخش دیگری از بحث تجسس در احکام و مسائل شرعی است. اگر کسی در طهارت و نجاست چیزی شک کند، بنا را بر طهارت آن می گذارد و لازم نیست تفحص کند، هرچند تحصیل علم ممکن باشد، مگر آن که شیء مشکوک پیشینه نجاست داشته باشد که در این صورت بنا را بر نجاست آن می گذارد.(۲)

زراره می گوید: به امام باقر علیه السلام عرض کردم: اگر شک کردم نجاستی به لباسم اصابت کرده، آیا تکلیف دارم تفحص کرده و نظر بیفکنم؟ حضرت فرمودند: خیر، ولی چون می خواهی شک را از خودت زائل کنی، البته

۱- سوره حجرات، آیه ۱۲.
۲- فرهنگ فقه، ج ۳، ص ۸۸.

می توانی تفحص نمایی.(۱)

حضرت فرمودند تفحص و وارسی واجب است. بنابراین، انسان می تواند اعتنا نکند و بنا را بر پاک بودن آن بگذارد. در نجاست و طهارت و اموری که خدا سهل گرفته است، تفحص و تجسس لازم نیست. وارسی لزومی ندارد.

پرسش های دردسر ساز

خیلی از چیزها را نباید سؤال کنیم. خداوند در قرآن می فرماید:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَسْأَلُوا عَنْ أَشْيَاءَ إِنْ تُبْدَ لَكُمْ تَسُؤْكُمْ ؛(۲)ای کسانی که ایمان آورده اید، از چیزهایی نپرسید که اگر برای شما آشکار گردد، شما را ناراحت می کند!

یک اشتباه بزرگ وسواسی ها این است که زیاد سؤال می کنند. امام باقر علیه السلام فرمودند:

ان رسول الله نهی عن القیل والقال و فساد المال و کثره السؤال؛ پیغمبر از قیل و قال و تباه ساختن مال و زیادی سؤال نهی فرموده است.

خداوند متعال از چند چیز بدش می آید: یکی وراجی کردن و زیاد حرف زدن است. یکی ضایع کردن مال و اسراف و تبذیر است. یکی هم زیاد سؤال کردن است.

این سؤال کردن را دو گونه معنا کرده ان؛یکی این که آدم مرتب دست نیاز

۱- علل الشرائع، ج ۲، ص ۳۶۱.

۲- سوره مائده، آیه ۱۰۱.

دراز کنـد و از دیگران چیزی بخواهـد. این خیلی مـذمت شـده است. یکی هم این که زیـاد سؤال کنـد. مرتب می گویـد: اگر شک کردم چه کنم؟ اصلا شکیات را همین وسواسی ها درست کرده اند. بزرگی می فرمود: اگر شک است که نماز نیست، و اگر نماز است که شک نیست.

بعضـی از آدم های وسواسـی زمان امامان مرتب سؤال می کردنـد و احکام را پیـچ و تاب می دادند. امام هم مجبور بود جواب بدهـد. مثلا روایت آمـده است: پیغمبر خدا فرمود: حج خانه خدا بر مسـلمانی که اسـتطاعت دارد، واجب است. یک آدم نفهم بلند شد گفت: هر سال، یا یک بار در عمر؟

حضـرت نـاراحت شدنـد و فرمودنـد: چرا فضـولی می کنی؟ اگر لازم باشـد می گویم. اگر بگویم هر سـال، آن وقت هرسـال واجب می شود.(۱)

گاو بنی اسرائیل

کسـی که نمی دانـد مسائل برایش راحت است. کنجکـاوی و سؤال زیاد خوب نیست. بزرگترین سوره قرآن سوره بقره است. بقره یعنی گـاو. چرا اسم این سـوره را بقره گذاردنـد؟ چـون داسـتانی در بـاره گـاو بنی اسـرائیل در این سـوره آمـده است که شنیدنی و پند آموز است.

یک نفر در بنی اسرائیل کشته شد. هرچه گشتند قاتل او پیدا نشد. نزد حضرت موسی آمدند که قاتل پیدا نمی شود. چه کنیم؟ خداوند فرمود: بروید یک گاو ماده بکشید و قطعه ای از بدن آن را به مقتول بزنید، زنده می شود و قاتل خویش را معرفی می کند.

۱- دعائم الإسلام، ج ۱، ص ۲۸۸.

در حدیث آمده است که هر گاوی می کشتند کافی بود، اما نفهمی و جهالت، بار آنها را سنگین می کند. سؤال زیاد تکلیف را برای ما زیاد می کند. چرا سؤال می کنی و برای خودت دردسر درست می کنی؟

هر گاوی را می کشتند آن خاصیت را داشت، اما پرسیدند: چه گاوی بکشیم؟ خداوند فرمود: گاوی که نه پیر و از کار افتاده باشد و نه بکر و جوان. باز پرسیدند: چه رنگی داشته باشد؟ خداوند فرمود: زرد یکدست. باز پرسیدند: خصوصیات دیگرش چیست؟

این قدر سؤال کردند که این مشخصات در یک گاو منحصر شد که دست یک نفر بود. او هم گفت: اگر به اندازه این گاو به من طلا بدهید، آن را به شما می دهم و گرنه نمیدهم.

بنی اسرائیل با این سؤالات کار را بر خودشان سخت کردند. اگر سؤال نمی کردند، هر گاوی را ذبح می کردند، کارشان انجام می شد.

خدا امر کرد گاوی را ذبح کنید و دم گاو را به مقتول بزنید زنده می شود. امام رضا علیه السلام فرمودند:

ولو أنهم عمدوا إلی أی بقره أجز اتهم و لکن شددوا فشدد الله علیهم؛(۱) اگر اینان به دستور موسی عمل می کردند و گاوی می آوردند کار تمام بود و قاتل پیدا میشد، لکن سخت گرفتند، پس خدا هم برایشان سخت گرفت.

بنی اسرائیل با سؤال هایشان آن را محدود کردند، خدا هم محدود کرد.

ص: ۷۱

۱- عیون أخبار الرضا، ج ۲، ص ۱۳؛بحار الأنوار، ج۱۳، ص ۲۶۲.

پرهیز از زیاد سوال کردن

جابر می گوید: از امام صادق علیه السلام شنیدم که می فرمود:

یـا أیهـا النـاس! اتقوا الله، ولاـ تکثروا السوال، إنمـا هلک من کان قبلکم بکثره سؤالهم أنبیاءهم و قـد قال الله_عز و جل _یا ایها الذین آمنوا لا تسئلوا عن أشیاء إن تبد لکم تسؤکم و اسألوا عما افترض الله علیکم، و الله إن الرجل یأتینی فیسألنی فأخبره فیکفر، ولو لم یسألنی ما ضره؛(۱)ای مردم، تقوا پیشه کنیـد و زیاد سؤال نکنیـد. بی تردید کسانی که قبل از شـما بودند، به خاطر زیاد سؤال کردن از پیامبرانشـان هلاک شدنـد. خداونـد فرموده است: «ای کسانی که ایمان آورده ایـد! از چیزهایی نپرسـید که اگر برای شما آشکار گردد، شما را ناراحت می کند!» از آنچه خداوند بر شما واجب کرده است بپرسید (نه بیشتر). به خدا سوگند شخصـی نزد من می آیـد و از چیزی می پرسـد. و من از آن به او خبر می دهد و او کافر می گردد. اگر از من سؤال نمی کرد، ضرری به او وارد نمیشد.

آن قدر چیزهای واجب تر و مهم تری داریم. به اندازه کافی بار تکلیف روی دوش ما هست، شما دیگر به آن اضافه نکن. نذر کردن امر مستحب و محبوبی نیست. افرادی که پشت سر هم نذر می کنند، خودشان را به زحمت می اندازند. البته اگر صرف نیت باشد اشکالی ندارد؛ چون واجب و الزام آور نیست.

مثلاـ اگر نیت کنی اگر بیماری ام خوب شـد، انشاءالله یک گوسـفند می کشم؛ چون صـیغه نـذر را جاری نکرده ای وجوبی به گردن شما نمی آید. ولی اگر

۱- الأصول السته عشر، ص ۲۳۹؛ بحار الأنوار، ج ۱، ص ۲۲۴.

نذر کردن عادت شود و نتوانی انجام بدهی، خوب نیست. از این رو از نذر زیاد نهی شده است.

کاوش در امور پنهان

امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:

ولاـ تکونوا بحاثین عما غاب عنکم فیکثر عائبکم؛(۱) و از آنچه که از شما پنهان است کاوشگر مباشید که موجب خورده گیری زیاد بر شما می شود.

درباره چیزهایی که از شما پنهان است و به شما نگفته اند، بحث و تجسس نکنید. خیلی از چیزها را سر بسته گذاشته اند. اگر اشاره می کردند، مردم می رفتند تجسس می کردند. اگر در مورد چیزی که از شما پوشیده شده است، کاوش و تجسس کنید، به دردسر میافتید و عیب گیرندگان از شما زیاد می شوند.

وسواسی ها زیاد سؤال نکنند. به خصوص از وسواسی های دیگر اصلا سؤال نکنند. از آدمهایی که خیلی احتیاط می کنند سؤال نکنند. بروند از عالمی که دانا و فهمیده است سؤال کنند. یک بار سؤال کنند. خدا تکرار سؤال را دوست ندارد.

لازم نیست ما برای غسل و وضو مدام نگاه کنیم که آب رسیده، یا نرسیده است. امام صادق علیه السلام فرمودند:

اغتسل أبی من الجنابه فقیل له قد أبقیت لمعه فی ظهرک لم یصبها الماء فقال له ما کان علیک لؤ سکت ثم مسح تلک اللمعه

۱- تحف العقول، ص ۲۲۴؛ بحار الأنوار، ج ۷۵، ص ۶۴.

بیده؛(۱)پدرم غسل جنابت کرد. به او گفته شد: یک قسمت از پشت شما را آب فرا نگرفته است. پدرم گفت: اگر سکوت می کردی گناهی بر تو نبود. بعد قدری آب برداشت و آن قسمت را خیس کرد.

فرمودند: چرا ساکت نماندی و حرف زدی؟ من فکر کردم آب رسیده است. برای من کافی است! خدا می خواهد ما امرش را اطاعت کنیم.

خدا می خواهد لاابالی نباشیم. تفحص و تجسس خوب نیست. آیا این کسبش حلال است؟ آیا این از کجا در می آورد؟ در امور مالی و اقتصادی هم تفحص و تجسس لازم نیست.

۱- الکافی، ج ۳، ص ۴۵؛ وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۲۵۹.

۵)قاعده لاضرر

نفی ضرر

یکی از قواعد مهم در اسلام، «قاعده لاضرر» و «نفی ضرر» است. قاعده ی یاد شده از مشهورترین قواعد فقهی است. و آن بدین معناست که در مجموعه قوانین و مقررات اسلام، هیچ قانون و حکم و دستوری نیست که ضرر آفرین باشد. و هیچ کس حق ندارد به دیگری ضرری برساند.

همچنین هر حکمی که از شارع صادر می شود، در صورتی که امتثال آن برای مکلف ضرر داشته باشد و یا از ناحیه تشریع آن ضرری متوجه مردم شود، بر اساس قاعده لاضرر، آن حکم در شریعت نفی شده است.(۱)رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

لا ضرر و لاضرار فی الاسلام؛(۲) حکم ضرری و ضرر رساند به یکدیگر در اسلام نیست.

از این رو ضرر رساندن به دیگران در اسلام گناه کبیره است. آدمهای وسواسی چقدر به خود و دیگران ضرر می زنند؟! چقدر به خانواده و مملکت و سرمایه های ملی ضرر می زنند؟! اینها گناه کبیره است و توجه ندارند.

بر اساس قاعده «لاضرر» هرجا حق دیگران دارد ضایع گردد، حکم عوض می شود. ما وظیفه نداریم آن را انجام بدهیم. فقط در امور مالی هم نیست. در باره جان و آبرو هم هست. هرجا پای آبروی کسی در میان است، حق کسی

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ۳۶۵.

۲- وسائل الشیعه، ج ۲۶، ص ۱۴.

ضایع می شود، یا جان کسی در خطر است، این قاعده و قانون جاری است.

این یک قاعده ای است که همه فقها بر اساس آن فتوا دادند. قاعده‌ای است که در کل مسائل اجتماعی، مسائل سیاسی و اقتصادی و عبادی جریان دارد. در همه روابط ما، هرجا منفعت و کار و عمل ما به منافع دیگران ضرر می زند، آنجا حکمش عوض می شود.

درختی که موجب آزار دیگران بود!

ثمره بن جندب در مدینه زندگی می کرد. او آدم بسیار پست و منافق و پول پرست و دنیاپرستی بود. محبت دنیا ریشه تمام رذایل است. تمام مشکلات از حب دنیا سرچشمه می گیرد.

زراره از امام باقر علیه السلام روایت می کند که فرمودند: سمره بن جندب درختی داشت که راه رسیدن به آن از میان خانه یکی از انصار میگذشت. از این رو وی بدون اجازه از خانه مرد انصاری به سوی درختش رفت و آمد می کرد.

مرد انصاری به وی گفت: ای مستمره، تو همواره در حالی سر میرسی که ما دوست نداریم در آن حال بر ما وارد شوی. پس هنگام ورود اجازه بگیر. سمره گفت: من برای رسیدن به درختم، اجازه نمی گیرم.

مرد انصاری به پیامبر اکرم صلی الله علیه وآله وسلم شکایت کرد. آن حضرت سمره را فراخوانده، به وی فرمودند: فلانی از تو شکایت کرده و معتقد است تو بدون اجازه بر او و خانواده اش وارد می شوی. هنگام ورودت اجازه بگیر.

سمره گفت: ای رسول خدا، آیا در مسیر رسیدن به درختم باید اجازه بگیرم؟! پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند: دست از آن درخت بردار تا در فلان مکان یک

درخت به تو بدهم. سمره گفت: نه. فرمودند: دو درخت متعلق به تو باشد. سمره گفت: نمی خواهم. پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم همچنان بر تعداد درختان افزود تا به ده درخت رسید و به وی فرمودند: ده درخت در فلان محل متعلق به تو باشد، ولی سمره نپذیرفت.

پیامبر اکرم صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند: دست از آن درخت بردار تا درختی در بهشت از آن تو باشد. سمره گفت: نمی خواهم. سرانجام به سمره فرمودند:

إنک رجل مضار و لاضرر و لاضرار علی مؤمن؛ تو مرد زیان رسانی هستی و زیان و زیان رساندن بر مؤمن نیست.

سپس دستور دادند تا درختش را بر کنند و در مقابلش بیندازند. و چنین کردند. آنگاه به وی فرمودند:

انطلق فاغرسها حیث شئت؛(۱) برو هر کجا می خواهی آن را بکار.

اگر می خواهند اینجا خیابانی بکشند و یک نفر می گوید من از خانه ام تکان نمی خورم، قیمت گذاری می کنند و پول آن را به حسابش می ریزند و خانه را خراب می کنند. جایی که منفعت من با منافع عموم اصطکاک پیدا می کند، منافع عموم مقدم است.

نمی گوییم خدای نکرده در حق کسی ظلم و تجاوز کنند، اما وقتی دارد زور می گوید، حتی بهشت ضمانت شده را هم قبول نمی کند، باید به زور متوسل شد و کند و دور ریخت.

حضرت به ثمره فرمودند: تو یک انسانی هستی که به دیگران ضرر می زنی. «إنک رجل مضار و لا ضرر ولا ضرار». یعنی در دین و آیین و

۱- الکافی، ج ۵، ص ۲۹۴؛ بحار الأنوار، ج ۲۲، ص ۱۳۵.

مکتب ما ضرر به دیگران نهی شده است.

ما حق الناس را در جامعه جدی نمی گیریم. اگر رعایت می کردیم، پانزده میلیون پرونده قضائی، به صد هزار میرسید. مکرر دیده ام شب راه مردم را بسته اند، و از ماشین عروس پیاده شده و در خیابان می رقصند. این حرام است.

چرا شب به این مبارکی را با گناه و معصیت آغاز می کنی؟! چرا به دیگران ضرر بزنیم؟ آدم اگر عقل داشته باشد، کافی است که این کارها را نکند.

وسواس و «قاعده لاضرر»

قاعده «لا ضرر ولا ضرار» برای وسواسی ها هم هست. اگر شما جایی گیر کردی و ده لیتر آب داری که برای وضو و غسل شما کافی است، ولی در آن محل جان یک انسان در خطر است، و اگر این آب مصرف شود ممکن است انسانی تلف شود، باید به او بدهی و با تیمم نماز بخوانی. حال این انسان مؤمن باشد، یا کافر. بد باشد، یا خوب باشد، چون جانش در خطر است باید به او بدهی تا از مرگ نجات پیدا کند. حتی اگر سگ یا گربه ای باشد.

خدا از حق خودش می گذرد، اما ما حاضر نیستیم از حق خودمان بگذریم؟ این خیلی مهم است. ما هم بحران آب داریم، هم بحران برق داریم. آنقدر هستند کسانی که کولرهای همه اتاق هایشان بدون این که نیاز باشد روشن است، این هم اسراف است و هم ضایع کردن حق دیگران. برخی افراد، بی توجه به کمبود آب می گویند: می خواهیم کیف کنیم و استخر را پر از آب می کنند.

چند روز قبل دیدم سازمان خوار و بار جهانی اعلام کرد که سه چهارم خوراکی ها دور ریخته می شود. از طرفی میلیونها انسانی فقیر گرسنه سر به

بالین می گذارند و گرفتار سوء تغذیه هستند.

ایران ما در چند چیز رکورد جهانی را می شکند، یکی در اسراف است. در مصرف گاز، برق، آب، بنزین، خیلی زیاده روی می کنیم. ما همه مسئول هستیم.

وسواسی هایی که شب و روز آب مصرف می کنند، حق الناس را مراعات نمی کنند. نمی دانند این آب را که حیف و میل می کنند حق دیگران هم در آن است. برخی به خاطر این ریخت و پاش ها، بی آب می مانند. چرا برای غسل نیم ساعت آب دوش را باز می گذارند؟!

خانم یا آقایی که دائم مشغول شست و شو است و دائم نماز را تکرار می کند، قطعا حق خود و دیگران را ضایع می کند. حق همسر و اولاد و پدر و مادر و همسایه و افرادی که با او در تعامل اند را ضایع می کند.

شما که آب زیادی را هدر می دهی، حق هشتاد میلیون نفر را از بین می بری. اگر بر اثر مصرف زیاد و بی رویه آب و برق کسانی که در گوشه و کنار مملکت هستند به بحران آب و برق بخورند، مسئول هستیم.

مدیون مردم نباشیم!

اگر انسانی به خاطر وسواس ما اذیت شود، حق الناس است. من زمانی در زرین شهر اصفهان برنامه داشتم. ما را بردند تا برای شرکت آب و فاضلاب سخنرانی کنیم.

آبهایی که از کوهرنگ می آید، در طی چند کیلومتر راه در طول مسیر رودخانه آلودگی پیدا می کند. از این رو توسط تصفیه خانه های بزرگ تصفیه و پاک می شود. روی این آب بسیار کار می شود تا قابل شرب شود. این آب از

دستگاه های بزرگ می گذرد تا به دست ما برسد. پایین آخرین خزائن شیشه ای بود نوشته بودند «یا حسین!»

بزرگی همراه ما بود. فرمود: من وقتی به اینجا رسیدم، گفتم: خدایا، من مدیون مردم نباشم. این آب برای میلیونها نفر است. میلیون ها فرشته روی آن زحمت کشیده اند. این آب به آسانی به دست نیامده است. از عرش تا فرش، همه عالم حرکت کردند تا این آب به خانه های ما بیاید.

«لاضرر» یعنی به دیگران ضرر نزنید. افرادی که مشکل وسواسی دارند و با کارهایشان دیگران را هم درگیر می کنند و به آنها ضرر می رسانند، مصداق کسانی هستند که حق الناس به گردن آنهاست.

حرمت شکنی

یک وقت انسان در خلوت گناهی می کند و هیچ ضرری به دیگران نمی رسد. خودش هست و خدای خودش. خدا هم می بخشد. چنان که امام رضا علیه السلام فرمودند:

المستتر بالحسنه یعدل سبعین حجه و المذیع بالسیئه محذول و المستتر بها مغفور له؛(۱) پنهان کننده کار نیک (کردارش) برابر هفتاد حسنه است، و آشکارا کننده کار بد مخذول است، و پنهان کننده کار بد آمرزیده است.

یعنی کسی که گناه شخصی می کند و پرده می افکند، خدا تمام گناهان او را می بخشد. کسی که گناه خود را افشا می کند و حرمت شکنی می کند، خوار

۱- الکافی، ج ۲، ص ۴۲۸.

و ذلیل می شود.

گناهی که دیگران را هم درگیر می کند بسیار بد است. گاهی کسی گناهی انجام میدهد و چندین نفر را هم به گناه مبتلا می کند. پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

الذنب شوم علی غیر فاعله إن عیره ابتلی به وان اغتابه أثم وإن رضی به شارکه؛(۱) گناه برای غیر گنهکار نیز شوم است؛ زیرا اگر از گناهکار عیب بگیرد، به آن مبتلا می شود، اگر از او غیبت کند،گنهکار می شود، و اگر به گناه او رضایت دهد، در آن شریک می شود.

شومی گناه وسواس

وسواسی یک گناه است. شومی آن به دیگران هم سرایت می کند. برای این که شما اگر وسواس به خرج دادی و دیگران دیدند، اگر شما را سرزنش کنند، خودشان هم گرفتار می شوند. ما فراوان داشتیم که وسواسی را دست انداختند، مسخره کردند، خودشان به آن دچار شدند! آنقدر توبه و حلالیت طلبیدند تا از آن رهایی پیدا کردند.

بر اساس روایات اگر کسی مؤمنی را به خاطر گناه، یا عیبی سرزنش کند، نمی میرد، مگر این که خودش به آن گرفتار می شود.

اگر برای دیگران بگویند که فلانی وسواس است، غیبت او را کرده اند و گناه کبیره است. اگر رضایت به گناه او بدهد، در گناهش شریک است و همین گناه برای او هم نوشته می شود.

گاهی هم اطرافیان یک وسواسی، از کارهای او دچار افسردگی می شوند. هر یک از این ها می تواند انگیزه ای باشد که این کار را ترک کند.

ص: ۸۱

۱- نهج الفصاحه، ص ۴۹۳، ح ۱۶۲۳.

۶)قاعدهٔ تجاوز

اشاره

قاعده تجاوز یکی از قواعد مهم و مشهور فقهی است. و آن بدان معناست که اگر از محل جزء یا شرطی در عبادت گذشتی و شک داری که آن را انجام داده ای یا نه، بنا را بر این می گذاری که آن را انجام داده ای و به شک خود اعتنا نمی کنی.

این قاعده معمولاـ در نماز کاربرد دارد. مثلا اگر شما در هنگام قرائت سوره حمد «الحمد لله رب العالمین» را گفتی و شک کردی که آیا «بسم الله الرحمن الرحیم» گفته ام یا نه، یا این که درست گفته ام یانه، بنا را بر این می گذاری که آن را درست گفته ای و به شک خود اعتنا نمی کنی.

تجاوز یعنی اگر از یک جزء عبور کردی و وارد جزء دیگری شدی، دیگر به شک خود که جزء قبل را گفته ای یا نه، اعتنا نکن. اگر به رکوع رفتی و شک کردی که حمد و سوره را خوانده ای یا نه؟ اصلا اعتنا نکن.

اگر به سجده رفتی و شک کردی رکوع کرده ای یانه؟ قاعده تجاوز می گوید: چون از آن جزء عبور کرده ای و وارد جزء دیگر شده ای، اصلا به شک خود توجه نکن. بر اساس این قاعده از هر جزئی رد شدیم، دیگر به آن توجه و رجوع نکنیم.

ص: ۸۲

۷)قاعد فراغ

اشاره

قاعده دیگر قاعد فراغ است. این قاعده از قواعد مهم و مشهور فقهی است. و معنای آن این است که اگر بعد از فارغ شدن از انجام عملی، مثل نماز، یا طواف خانه خدا، شک کردی که آیا آن را صحیح انجام داده ای یا نه، این قاعده می گوید: عملت صحیح است و به شک خود اعتنا نکن. این قاعده در تمامی عبادات و معاملات کاربرد دارد.

تفاوت قاعده تجاوز و فراغ در این است که قاعده تجاوز مربوط به اجزاء عمل است و قاعد فراغ مربوط کل عمل است. به تعبیر دیگر قاعد فراغ ناظر به شک در صحت تمامی عمل پس از فراغت از آن است، مانند شک در صحت نماز پس از فراغت از آن، و اما قاعده تجاوز ناظر به شک در انجام دادن جزء پیشین، پس از وارد شدن در جزء بعدی است؛ مانند شک در به جا آوردن رکوع، پس از رفتن به سجده.

بنابراین، اگر غسل را تمام کردی، بعد شیطان به شما هجوم آورد که نکند آب به مویت نرسیده باشد، دیگر اصلا نباید اعتنا کنی. خدا و پیغمبر و امامان به عهده گرفته اند که اعتنا نکن و غسلت صحیح است. آنها به ما این طور فرموده اند. اگر در موسم حج بعد از طواف شک کردی، بعد از سعی صفا و مروه شک کردی، بعد از منا و عرفات شک کردی، بنا را بر صحت بگذار و به شک خود هیچ اعتنائی نکن.

این شیطان است که این دغدغه های ذهنی را برای ما ایجاد می کند و آدم را به کفر می رساند و زندگی اش را متلاشی می کند. فراغ یعنی فارغ شدن از

عمل. وقتی از عملی فارغ شدی فاتحه اش را بخوان.

البته همه این بحثها در مورد شک و تردیـد است. بنابراین، اگر به بطلان عملی که انجام داده ای یقین داری، باید آن را دوباره انجام دهی.

ص: ۸۴

۸)اصل استصحاب

اشاره

استصحاب یکی از اصول بسیار مهم و کاربردی در احکام شرعی است. هرگاه مکلف نسبت به حکم شرعی، یا موضوع حکم شرعی، یقین داشته باشد، سپس نسبت به بقای امر یقینی پیشین شک کند، اصل استصحاب جاری می شود.

مانند آن که فردی پیش از این به طهارت داشتن خود، یا کُر بودن آبی یقین داشته، و اکنون برای وی در بقای طهارت و یا کر بودن آب شک پدید آمده است، طهارت داشتن، یا کر بودن را استصحاب می کند.

استصحاب یعنی یقینت را با شک آمیخته نکن. حالت سابق را که یقین بوده ادامه بدهد. فرش شما پاک بوده است، یقین داری که قبلا پاک بوده و حالا شک داری که نجس شده یا نه، استصحاب می گوید: الآن هم پاک است.

استصحاب یعنی یقین سابق را ادامه بدهد. یقین داری که قبلا وضو داشتی، الآن شک میکنی که آیا وضوی شما باطل شده است یا نه؟ استصحاب می گوید: شما وضو داری و به این شک اعتنا نکن.

فروختن یقین به شک

این اصل علاوه بر این که در فرمایشات معصومین علیهم السلام آمده است و به آن فرمان داده اند، یک امر عقلانی است که بسیار کارگشاست، و بخش مهمی از وسوسه های شیطان را می زداید و کسی که از آن سر باز زند، مورد مذمت واقع شده است. امیرالمؤمنین علیه السلام به این امر عقلائی اشاره کرده و فرموده اند:

هلک من باع الیقین بالشک و الحق بالباطل والآجل بالعاجل؛(۱) نابود شد کسی که یقین را به شک فروخت، و حق را به باطل، و آخرت را به دنیا.

همچنین فرمودند:

من کان علی یقین فأصابه شک فلیمض علی یقینه، فإن الیقین لا یدفع بالشک؛(۲) هرکس نسبت به چیزی یقین داشته باشد و سپس دچار تردید شود، بر یقین خود بماند؛ زیرا یقین باشک از بین نمی رود.

امام باقر علیه السلام هم در باره کسی که در وضوی خود شک کرده بود فرمودند:

لا ینقض الیقین أبداً بالشک، ولکن ینقضه بیقین آخر؛(۳)هرگز یقین را با شک از میان نبرد، بلکه آن را با یقینی دیگر از میان برد.

هیچو قت یقین قبلی را با این شک جدید بر هم نزن، بلکه به یقین جدید به هم بزن. ظن و گمان نمی تواند یقین را از میان بردارد. این اصل در همه جا کارساز است. اگر قبلا وضو گرفته ایم، یقین داریم که قبلا وضو داشته ایم. حالا شک داریم که در این چند ساعت که از وضوی ما گذشته چیزی که وضو را باطل کند انجام داده ایم یا نه. این اصل می گوید: یقینت را ادامه بده. بنابراین، وضو داری.

استصحاب یعنی ادامه دادن حالت یقین سابق است. انسان وضو گرفته

۱- تصنیف غرر الحکم، ص ۶۲.

۲- بحار الأنوار، ج ۲، ص ۲۷۲، ح ۲.

۳- بحار الأنوار، ج ۲، ص ۲۷۴، ح ۱۷.

است، بعد حس می کند حبابی از او خارج شد. آیا با این احساس وضو باطل می شود؟ چون یقینی نیست، وضو پایدار است. باید یقین داشته باشی که وضو باطل شده است. و گرنه با شک و گمان و احساس نمی توان یقین را بر هم زد.

اگر کسی یقین داشته که لباسش پاک بوده و بعد شک کند که ادرار به آن اصابت کرده یا نه، یقین به پاکی را با شک به نجاست نمی توان از بین برد.

استصحاب پاکی

مرحوم آقای دولابی می فرمود: زمانی برای زیارت به نجف رفته بودم. یکی از بزرگان گفت: من به درس مرحوم آیت الله العظمی خویی می روم. شما هم می آیید برویم؟

مرحوم آقای دولابی درس حوزه و دانشگاه نخوانده بودند. سه چهار کلاس ابتدایی درس خوانده بودند، ولی علوم و حقایق به قلب ایشان القا شده بود.

می فرمود: ما را به درس آیت الله خویی برد. اتفاقا دیدم ایشان بحث استصحاب را مطرح کردند که مفصل است. پیش خود گفتم: عجب بحث قشنگی است و آن را روی خودم پیاده کردم. گفتم: خدا مرا پاک آفریده بود. الآن شک می کنم که آیا در این دنیا که آمدم آلوده شده ام یا نه؟ استصحاب می کنم که پاک هستم.

اول یقین دارم که پاک بودم. هرجا شک کردم که آیا هنوز پاک هستم یا نه، به شک خود اعتنا نمی کنم. با این بحث یک حالت توحیدی فوق العاده ای به من دست داد.

ص: ۸۷

فلسفه وضو

امام باقر علیه السلام فرمودند:

إنما الوضوء حد من حدود الله لیعلم الله من یطیعه ومن یعصیه و إن المؤمن لا ینجسه شئٌ انما یکفیه مثل الدهن؛(۱) وضو حدّی و حکمی از احکام خداوند است تا (در مقام آزمودن) خداوند بداند چه کسی او را اطاعت می کنند و چه کسی عصیان او می نماید. و به تحقیق مؤمن را هیچ چیز نجس نمی سازد. و تنها مثل روغن مالی کردن او را کفایت می کند.

یعنی برای غسل و وضو مثل روغن مالی کفایت می کند تا از اسراف خودداری گردد.

وضو را سخت نگیرید. خدا برای وضو حدی قرار داده تا بیند چه کسی حرف او را گوش می دهد و چه کسی گوش نمیدهد. خدا می خواهد بگوید با شست وشو سراغ من بیایید. بعضی هستند که اصلا وضو نمی گیرند و لاابالی هستند. بعضی هم حرف گوش می دهند.

طهارت مؤمن

بعد می فرمایند: مؤمن را هیچ چیزی نجس نمی کند. یک معنای آن این است که روح و جان مؤمن با ولایت اهل بیت علیهم السلام عجین شده است. امام باقر علیه السلام فرمودند:

لا یحبنا عبد ویتولانا حتی یطهر الله قلبه، ولا یطهر الله قلب عبد

۱- الکافی، ج۳، ص ۲۱؛ وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۸۴.

حتی یسلم لنا ویکون سلماً لنا، فإذا کان سلما لنا سلمه الله من شدید الحساب، وآمنه من فزع یوم القیامه الأکبر؛(۱) هیچ بنده ای نیست که ما را دوست بدارد و ولایت ما را بپذیرد، مگر این که خداوند دل او را پاک می گرداند. و خداوند دل هیچ بنده ای را پاک نکرد، مگر این که تسلیم ما شد و از ما فرمانبرداری کرد و چون فرمانبردار ما شد، خداوند او را از سختی حساب، به سلامت داشت و از هراس بزرگ روز قیامت، ایمنش گرداند.

خداوند در باره اکراه مؤمن از گناه می فرماید:

وَلَكِنَّ اللَّهَ حَبَّبَ إِلَيْكُمُ الْإِيمَانَ وَزَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ وَكَرَّهَ إِلَيْكُمُ الْكُفْرَ وَالْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ؛(۲)ولی خداوند ایمان را محبوب شما قرار داده و آن را در دلهایتان زینت بخشیده، و (به عکس) کفر و

فسق و گناه را منفورتان قرار داده است.

روح و جان مؤمن که از طینت اهل بیت علیهم السلام است، با هیچ چیزی آلوده نمی شود. اگر هم آلوده به گناه شود، ظاهر آن که لباس عاریه است آلوده می شود. مؤمن از گناه بدش می آید، با اکراه آن را انجام می دهد. روح و جانش به آن آلوده نمی شود.

معنای دیگر آن این است که مؤمن تا زمانی که آفت نجاست به بدنش نخورده پاک است. یعنی اصل اولیه این است که مؤمن پاک است. اگر هم به ما گفته اند وضو بگیرید، خدا می خواهد یک شادابی و نشاط در مؤمن ایجاد شود.

۱- الکافی، ج ۱، ص ۱۹۴، ح ۱؛ بحار الأنوار، ج ۲۳، ص ۳۰۸، ح ۵.

۲- سوره حجرات، آیه ۷.

مقدار آب برای وضو و غسل

بـا نصف لیوان به راحتی می توان وضو گرفت. البته مستحب است انسـان وضو را شـاداب بگیرد. پیغمـبر صـلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

الوضوء مـد و الغسل صاع و سیأتی أقوام بعدی یستقلون ذلک فأولئک علی خلاف سـنتی و الثابت علی سـنتی معی فی حظیره القدس؛(۱) آب وضو یـک مـد است و آب غسـل یک صاع، و در آینـده نزدیک پس از من گروه هایی خواهنـد آمـد که این مقدار آب را اندک شـمارند و آن جماعت بر خلاف سـنت من هسـتند و هرکس بر سنت من استوار و پا بر جاست؛ در حظیره القدس (بهشت) با من خواهد بود.

وضو و غسل شاداب این است. با یک مد، یعنی ۷۵۰ گرم آب؛ کمتر از یک لیتر باشد. این مقدار برای وضو کافی است. برای غسل هم یک صاع، یعنی سه کیلو آب کافی است.

در وضو و غسل دست کشـیدن واجب نیست. یعنی همین قدر که شـما دسـتت را زیر شـیر آب هم بگیری که آب برسد، کافی است. در غسل هم همین طور است، چون آب خودش می رسد.

بعـد فرمودنـد: بعد از من اقوامی خواهند آمد که می گویند این مقدار آب برای غسل و وضو کم است. اینها خلاف سـنت من هستند. اما کسی که بر سنت من عمل می کند، در باغستان بهشت با من خواهد بود.

ص: ۹۰

۱- من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۳۴؛وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۸۳.

غسل کردن خیلی آسان است، سخت نگیریم. دو ساعت و یک ساعت حمام رفتن و غسل کردن حرام است. ما با بحران آب مواجه هستیم. وسواسی ها میلیونها لیتر آب اضافه مصرف می کنند. امام عسکری علیه السلام فرمودند:

من تعدی فی طهوره کان کناقضه؛(۱)کسی که در غسل و وضو آب زیاده بریزد، همچون کسی است که وضو را نقض کرده است.

یعنی غسل و وضویش را به هم زده است.

۱- تحف العقول، ص ۴۸۹؛ بحار الأنوار، ج ۷۵، ص ۳۷۴.

۹)قاعد� سوق

بازار مسلمانان

در قانون شـریعت قاعـده و اصل دیگری به نام قاعده سوق داریم. قاعده سوق و بازار مسـلمانان، از قواعد مشـهور و مهم فقهی است و بسیار کاربرد دارد.

مقصود از این قاعـده، حکم به نشـانه بودن بازار مسـلمان بر تـذکیه و حلال بودن گوشت هایی است که در آنجا به فروش می رسد. چون از شـرایط پاک بودن و حلال بودن گوشت هایی که خوردن آنها جایز است، تذکیه و ذبح شرعی آنهاست. از این رو خوردن گوشت و نماز گزاردن در لباسی که از پوست حیوانی است که تذکیه و ذبح شرعی نشده است، جایز نیست.

در شـریعت اسـلام برای احراز تـذکیه و پـاک و حلال بودن گوشت و پوست حیوانی که خوردن آن جایز است، راه هایی قرار داده شـده است. یکی از آن راههـا بـازار مسـلمانان است. بـدان معنـا که گوشت و پوستی که از بازار مسـلمانان تهیه می شود، محکوم به تذکیه و ذبح شرعی است. در نتیجه استفاده از آن جایز است و نیازی به پرسیدن و بررسی ندارد.(۱)

یک وقت ما به کشوری می رویم که عموم مردم مسلمان نیستند و کشور اسلامی نیست. آنجا ذبح شرعی باید ثابت شود، ولی در سوق و بازار مسلمین تحقیق و تفحص نیاز ندارد که آیا این گوشت ذبح شرعی شده است، یا نه.

بنابراین، استفاده از گوشت و چرمی که در بازار مسلمانان به فروش

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۲۴۴.

می رسد جایز است. همچنین ادکلن، عطر، لوازم آرایش، و شکلات و تنقلات، بر اساس قاعده طهارت پاک می باشد و تحقیق لازم نیست، مگر آنکه علم و یقین به نجاست آنها داشته باشیم.

همین که در بازار مسلمین خرید می کنی، باید خیالت راحت باشد که همه اصول رعایت شده است، مگر جایی که یقین به خلاف داشته باشی.

ص: ۹۳

۱۰)قاعده یَد

نشانه مالکیت

قاعده ید از قواعد مشهور فقهی است و عبارت است از این که سلطه فرد بر مالی، نشانه مالکیت وی نسبت به آن مال است. یعنی اگر مالی در دست کسی است و در آن مال تصرف مالکانه می کند و بر آن تسلط دارد، این سلطه نشانه ملکیت است، مگر این که خلاف آن ثابت شود.

مقصود از یَد در این قاعده این نیست که چیزی حقیقتا در دست کسی باشد، بلکه مقصود معنای عرفی آن است. یعنی بودن چیزی تحت اختیار و سلطه فرد، به گونه ای که بتواند در آن تصرفات مالکانه بکند. مانند فروختن، اجاره دادن و عاریه دادن.

تحت سلطه بودن هم اعم از این است که تحت سلطه خود فرد باشد، یا تحت سلطه وکیل او باشد.

مهم ترین دلیل بر قاعده ید بنای عقلاست. همه عقلا در تمامی عصرها و مکانها ید را نشانه ملکیت دانسته اند و آثار ملکیت را بر آنچه تحت سلطه افراد است مترتب می سازند، بدون این که تحقیق و بررسی کنند از این که مالی که در اختیار اوست مال خود اوست، یا مال دزدی و غصبی است.

شریعت مقدس اسلام نیز از این سیره و بنا منع نکرده است، بلکه آن را تأیید کرده است و روایات متعددی در تأیید آن آمده است.

بنابر این قاعده هرکس که چیزی در اختیار او هست، باید بگوییم مالک

اوست. کسی که ماشینی در اختیار دارد، لباسی و فرشی دارد، حاکم شرع و قاضی و مردم همه باید حکم کنند که آن شخص مالک آن است. مگر این که سند محکمی پیدا شود که این را دزدیده یا غصب کرده است.

از کسی که خانه و ماشین و ملک و زمین و مغازه در اختیار دارد، دلیل و بینه و برهان نمی خواهیم که ثابت کن این مال توست. همین که در اختیار اوست کفایت می کند که بگوییم مال اوست. یعنی همین خودش دلیل و برهان است. چهل سال است در این خانه می نشیند، چند سال است ماشین زیر پای اوست. نمی توانیم بگوییم مال او نیست.

بنابراین، به افرادی که چیزی تحت تصرفشان است نباید سوء ظن پیدا کنیم و بد گمان شویم. اگر این کتاب در اختیار من است، مال من است. به همین دلیل حضرت زهرا سلام الله علیها برای فدک حجیت شرعی داشتند. فرمودند: فدک از اول دست ما و در اختیار ما بود. همین دلیل بر مالکیت ماست.

متأسفانه بعضی ها قواعد اولیه را هم بلد نبودند. به آن حضرت می گفتند بروید شاهد بیاورید. در صورتی که طرف مقابل که انکار می کند باید شاهد بیاورد.

ص: ۹۵

۱۱)قاعد صحت

حکم به صحت کار دیگران

یکی دیگر از قواعـد فقهی قاعد صـحت یا اصل صـحت است. قاعد صـحت از قواعد مهم و مشـهور فقهی است که عبارت است از حکم به صحت عملی که صحت آن مشکوک است.

قاعده صـحت در همه افعالی که صحتشان مشکوک است؛ اعم از عبادات و معاملات و غیر آنها جاری می شود. عمده دلیل بر اعتبار قاعد صـحت، سیره همه عقلا در همه زمانها و همه ادیان است که مورد تأیید و امضای شارع مقدس قرار گرفته است و روایات متعدد در ابواب مختلف فقهی بر آن دلالت دارد.(۱)

بر اساس این قاعده، باید کار دیگران را حمل بر صحت کنیم و کار درستی بدانیم. یعنی بدبین نباشیم و سوء ظن نداشته باشیم. اگر کسـی معـامله و خریـد و فروش می کنـد، نگـوییم خریـد و فروشـش حرام است. اگر کسـی که مسـافرت می رود، نگوییم مسافرتش حرام است. اگر کسی چیز نجسی را آب کشید، نگوییم آن چیز هنوز نجس است.

بـدبین نباشـیم. حمل بر صـحت کنیم. کار دیگران را حمل بر گناه نکنیم. اگر عقـد و نکاحی انجام گرفته است، بگوید ان شاء الله درست است. اگر چیزی را آب کشیده، بگوییم درست آب کشیده است.

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۲۵۲.

پرهیز از اتهام زنی

ما منتظر هستیم با کمترین چیز به کسی اتهام بزنیم. با چه کسی صحبت می کردی؟ به چه کسی پیام دادی؟ این اتهامات که بر اساس حدس و گمان است صحیح نیست. باید تا آنجا که امکان دارد کار افراد را حمل بر صحت کنیم.

سوء ظن و تجسس در حریم خصوصی افراد خلاف است. مگر موارد خاصی باشد. مثل این که برای فرزندمان احساس خطر کنیم. دورا دور باید نظارت داشته باشیم. این که در هر کار شخصی افراد تجسس کنیم، درست نیست. باید حمل بر صحت کنیم. برای خودمان هم بهتر است.

آدم های وسواسی حمل بر صحت نمی کنند. نمی گویند این کار درست است. اگر کسی چیزی را تطهیر کرد، قبول ندارند. می گویند: خودمان باید تطهیر کنیم.

ص: ۹۷

۱۲)قاعد «ما غلب الله علیه»

عذر پذیری خداوند

این قاعده، کاربردهای فراوانی در فقه دارد و بر گرفته از فرمایش امام صادق علیه السلام است که فرمودند:

ما غلب الله علیه فالله أولی بالعـذر؛(۱) هر چه در اختیار خـدا باشـد و از توان و اختیار بشـر خارج باشـد خداوند عذر آن را می پذیرد.

به امـام صـادق علیه السـلام عرض شـد: اگر کسـی یک یا دو یا سه روز در حالت اغما باشـد، نمازهایش را چگونه قضا کنـد؟ حضرت در پاسخ او این قاعده را بیان داشتند.

مفاد این قاعـده این است: هرچیزی که خداونـد مکلف را در آن بی اختیار کنـد،ماننـد بیهوشـی، خواب و بیماری، خداوند به پذیرش عذر بنده سزاوارتر است.

بنـابراین، فردی که در وقت نمـاز یا روزه ماه رمضان بیهوش است، مکلف به خوانـدن نماز و گرفتن روزه نیست. قضای آن نیز بر او واجب نمی باشد، مگر آنچه اسـتثنا شده باشد. همچنین فردی که به خاطر بیماری یا پیری، توان ایستادن در نماز را ندارد، ایستاده خواندن نماز از او برداشته شده است.

مثلا در باب وضو آمده است که مکلف باید خودش وضو بگیرد و وضو دادن او صـحیح و جایز نیست، اما در صورت اضطرار صحیح است و یکی از دلایل آن همین قاعده است.

۱- الکافی، ج ۳، ص ۴۱۳، ح ۷.

یا کسی که بر اثر بیماری نتوانسته است روزه بگیرد، در صورتی که بیماری اش تا ماه رمضان آینده استمرار یابد، بنابر این قاعده قضای روزه ماه رمضان گذشته از او ساقط و برداشته می شود و تنها کفاره بر او واجب است.

همچنین روزه داری که از روی سهو عملی را که موجب افطار و بطلان روزه می شود، انجام داده، مانند این که چیزی خورده یا آشامیده است، به دلیل این قاعده روزه اش باطل نمی شود.

از دیگر موارد کاربرد این قاعده این است که زن و مرد نامحرم به هنگام ضرورت، مانند معالجه، یا نجات دادن و موارد مشابه می توانند یکدیگر را نگاه و لمس کنند.

همچنین خوردن و آشامیدن آنچه در حال اختیار حرام است، بنابر این قاعده در حال اضطرار حلال می شود.

دین آسان و روان

بنا بر حجیت و اعتبار این قاعده علاوه بر این که عقل تکلیف فرد معذور را قبیح می داند، به آیات و روایات فراوانی استناد شده است. از جمله آیات این آیه است:

وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ ؛(۱)و در دین بر شما سختی قرار نداده است.(۲)

در آیه ای دیگر می فرماید:

۱- سور حج، آیه ۷۸.

۲- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۳۹۸.

«لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا؛(۱) خداوند هیچ کس را جز به قدر توانایی اش تکلیف نمیکند.

همچنین از خداوند درخواست می کنیم:

رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَهَ لَنَا بِهِ ؛(۲) پروردگارا، و آنچه تاب آن نداریم بر ما تحمیل مکن.

هرجا که ما فوق طاقت ماست، خدا حکمش را برداشته است. کسی که واقعا نمی تواند ایستاده نماز بخواند، می گوید: هر چقدر می توانی. رکوع و سجده را اگر می توانی کامل بجا بیاور، و اگر نمی توانی نشسته انجام بده. باز اگر نمی توانی به طور خوابیده و با ایما و اشاره انجام بده.

هر مقداری که ما فوق طاقت ماست، تحملش سخت است، یا دکتر گفته برای شما خطر دارد، از عهده ما برداشته شده است. هیچ شک و شبهه نکنید. خدا برای ما سختی نمی خواهد. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

لم یرسلنی الله تعالی بالرهبانیه، ولکن بعثنی بالحنیفیه السهله السمحه؛(۳)خداوند متعال، مرا به رهبانیت و گوشه گیری برنینگیخت؛ بلکه مرا با دینی پاک و آسان و روان برانگیخت. خداوند هم فرموده است:

يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ؛(۴) خداوند برای شما آسانی می خواهد و دشواری نمی خواهد.

۱- سوره بقره، آیه ۲۸۶.

۲- سوره بقره، آیه ۲۸۶.

۳- الکافی، ج ۵، ص ۴۹۴، ح ۱.

۴- سوره بقره، آیه ۱۸۵.

این اصول و قواعد می تواند گره های زیادی را در زندگی ما باز کند و نوع نگاه ما را تغییر بدهد. دین خدا آسان است. گاهی ما خودمان آن را سخت و دشوار می کنیم. قطعا خدا و رسولش به آنچه افراد وسواسی انجام می دهند راضی نیستند. تکلیفهایی برای خودشان می تراشند که در دین خدا نیست.

ص: ۱۰۱

۱۳)حرمت بدعت گذاری

نکوهش بدعت

بدعت در دین عبارت است از این که انسان عقیده یا عملی را که در دین نیست، بدون استناد به منابع پذیرفته شده در استنباط احکام، همچون قرآن و سنت معصومان علیهم السلام به دین نسبت دهد.

در برابر بـدعت، سـنت قرار دارد که عبارت است از مجموعه عقاید و اخلاقیات و احکام عملی که رسول خدا صـلی الله علیه و آله وسلم و امامان معصوم علیهم السلام پایه گذاری کرده اند.

حرمت بدعت از مسلمات شریعت مقدس اسلام و از ضروریات دین است. روایات فراوانی در نکوهش بدعت وارد شده است. از آن جمله رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

کل بدعه ضلاله، وکل ضلاله سبیلها إلی النار؛(۱)هر بدعتی، گمراهی است و هر گمراهی ای، راهش به سوی آتش است.

امیر المؤمنین علیه السلام هم فرمودند:

ما احـدثت بدعه إلاترک بها سـنه، فاتقوا البدع والزموا المهیع،إن عوازم الأمور أفضـلها، وإن محدثاتها شـرارها؛(۲) هیچ بدعتی نهاده نشد، مگر آن که بدان سـبب، سنتی ترک شد. از بدعتها بپرهیزید و راه روشن را در پیش گیرید، بهترین کارها [در دین] آن است که

۱- کمال الدین، ص ۲۵۷، ح ۱؛ بحار الأنوار، ج ۳۶، ص ۲۲۷، ح ۳.

۲- نهج البلاغه، خطبه ۱۴۵؛ بحار الأنوار، ج ۲، ص ۲۶۴، ح ۱۵.

خدا از تو به جد خواسته است. و بدترین آنها آن است که نو پدید و بی سابقه باشد.

بدعت های وسواس

بـدعت گزاری در دین حرام است و عواقب بـدی در پی دارد. بایـد مراقب باشـیم با سـخن و رفتار و عمل خود مبتلا به بـدعت گزاری نشویم. دین می گویـد: نماز مغرب را سه رکعت بخوان و یک بار هم بخوان. می گویـد: من به دلم نچسبیده است. دو بار می خوانم.

فرموده انـد: در وضو صورت را یـک بار بشوی، دفعه دوم مسـتحب است. بار سوم حرام است، اما اعتنائی به این حرفها نـدارد. آن قدر می شوید که خودش هم خسته می شود.

خدا و پیغمبر می گویند: اگر یک بار با آب کر آب کشـیدی، کافی است. می گوید: به دلم نچسبید و چند بار دیگر زیر شـیر آب می گیرد. دین به ما می گویـد: اگر در ظرف سه دقیقه غسل کردی کافی است. می گویـد: من بایـد نیم ساعت زیر دوش باشم.

سنت های خوب و بد

آیا این ها بدعت گزاری در دین نیست؟ گناه بدعت گذار خیلی بزرگ است. مخصوصا بدعت هایی که ماندگار است. سـنت سیئه است. رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

إیاك أن تسن سنه بدعه؛ فإن العبد إذا سن سنه سیئهَ لحقه وزرها

ص: ۱۰۳

ووزر من عمل بها؛(۱) مبادا سنتی را بدعت گذاری؛ زیرا اگر بنده سنت بدی را به وجود آورد، گناه آن و گناه کسی که به آن عمل کند به گردن اوست.

همچنین فرمودند:

من سن سنه حسنه کان له أجرها وأجر من عمل بها إلی یوم القیامه و من سن سنه سیئه کان علیه وزرها و وزر من عمل بها إلی یوم القیامه؛(۲) کسی که سنت خوبی بگذارد پاداش آن و پاداش هر کس که به آن عمل کند تا روز قیامت برای اوست. و کسی که سنت بدی بنیان نهد، گناه آن و گناه هر کس که به آن عمل کند تا روز قیامت به عهده اوست.

شما اگر درخت کاشتی، به یتیمها رسیدگی کردی، خیریه درست کردی، مستحباتی انجام دادی، سنت حسنه ای را احیا کردی، برایت ثواب هر کسی را که به آن عمل کند می نویسند. ولی اگر دیوار کجی گذاشتی و سنت بدی بنیان نهادی، گناه آن و گناه هرکس که به آن عمل کند را پای شما هم می نویسند.

بنده اگر وضو و غسل و طهارتم درست بود، بچه من، شاگردان من، رفقای من یاد می گیرند. بر اساس احادیث، مؤمنی که کار خوب می کند، به صلاح و پاکی او، خدا، فامیل و بستگان و همسایه ها را تا چند طبقه اصلاح می کند.

عکس آن هم فاسق و فاجری است که شراب می خورد، کار خلاف می کند، این در نسلش حرمت شکنی است، دیگران را هم درگیر آن کار

۱- بحار الأنوار، ج ۷۷، ص ۱۰۴، ح ۱.
۲- الفصول المختاره، ص ۱۳۶.

می کند. ما فراوان افرادی داریم که می گویند: پدر ما، پدر بزرگ ما، مادر بزرگ ما وسواس دارند، به ما هم سرایت کرده است. این ارث بدی است. شما هم مواظب باشید بچه هایتان دچار نشوند. کار شر را همین جا قطع کنید تا دیگران هم گرفتار نشوند.

قدمگاه محلی است که جای پای امام هشتم ما در آنجاست. مکان متبرکی است. قدیم ها گاهی که با رفقا به مشهد می رفتیم، اتوبوس ها در مسیر مشهد معمولا در قدمگاه توقفی می کردند. آنجا گدایی بود. می آمد داخل اتوبوس می گفت: من می خواهم دو کلمه با مسافرها حرف بزنم! بعد می گفت:

خدا می گوید: بده، پیغمبر می گوید: بده، امامان و همه علما می گویند: بده، همه خوبها و فرشته ها می گویند: بده. شیطان و منافق و کافر می گویند: نده! بعد بشکن میزد و در ماشین می رقصید و می گفت: میل خودت، عشق خودت، کیف خودت، می خوای بده میخوای نده!

۱۲۶ هزار پیغمبر و تمام علما و دکترها می گویند: وسواس چیز بدی است. شیطان و همه بدها می گویند: خوب است. محض رضای خدا بیاییم این بدعتها را از خودمان دور کنیم.

۱۴)حدیث رفع

اشاره

روایتی از پیـامبر اکرم صـلی الله علیه و آله وسـلم نقـل شـده است که سـندی محکم دارد و فقهـای ما با این روایت بسـیاری از معضـلات را حـل می کننـد. ایـن روایت به حـدیث رفـع معروف است. پیغمـبر مـا حضـرت محمـد صـلی الله علیه و آله وسـلم فرمودند:

رفع عن امتی تسـعه: الخطأ، والنسیان، وما اکرهوا علیه، ومالا یعلمون، وما لا یطیقون، وما اضطروا إلیه، والطیره، والحسد، والتفکر فی الوسوسه فی الخلق ما لم ینطق بشفه؛(۱)[مسئولیت]نُه چیز، از امت من برداشته شده است: خطا، فراموشی، آنچه بدان مجبور شونـد، آنچه نمیداننـد، آنچه از توانشـان بیرون است، آنچه بـدان ناچار شونـد، حسادت، فال بـد زدن، و تفکر وسوسه آمیز در آفرینش، تا زمانی که به زبان آورده نشود.

مفاد این حـدیث برداشـته شدن نُه چیز از امت اسـلامی به جهت رحمت و امتنان بر آنان است. این نُه چیز عبارت اند از: خطا ، فراموشـی، آنچه با اکراه و اجبار انجام داده انـد، آنچه نمی دانند، چیزهایی که تحمل آن را ندارند، آنچه بدان مضـطر گردند، حسد (تا زمانی که آن را اظهار نکنند و به آن ترتیب اثر ندهند)، تفأل به بد زدن، و وسوسه در تفکر در خلق.

۱.خطا

«الخطأ» خطا یعنی عملی که بدون قصد گناه انجام گرفته باشد. کاری که

۱- الخصال، ص ۴۱۷، ح ۹، بحار الأنوار، ج ۵، ص ۳۰۳، ح ۱۴.

از روی خطا انجام می گیرد، بخشوده است و خطاکار بر آن مؤاخذه نمی شود؛ خواه در اتباط با خود باشد، مانند آنکه شراب را به گمان آب بنوشد، یا در ارتباط با دیگری باشد، مثل این که به اشتباه در مال کسی تصرف کند، یا از روی خطا، یا فراموشی حیوانی را رو به قبله ذبح نکند. که در این صورت حلال است.

البته اتلاف مال دیگران موجب ضمان است، خواه از روی عمد باشد، یا خطا. همچنین خطا در قتل و آسیب بدنی به دیگران فقط موجب ثبوت دیه است و حکم قصاص در آن نیست.

بشر ممکن الخطا و جایز الخطاست. انسان خطا و اشتباه می کند، ما معصوم نیستیم. مثلا اگر بنده به یک رستوران رفتم و هیچ خبری هم نداشتم. بازار مسلمانها بود. برای من یک نوشیدنی آوردند. بعد معلوم شد درونش الکل یا شراب است، خدا عقوبت نمی کند.

جایی که انسان خطا می کند، مؤاخذه و عقوبت ندارد. خدا از آن رفع عقوبت کرده است، مگر مواردی که وظیفه داشتی بروی یاد بگیری.

۲.نسیان

«والنسیانُ». یکی از موارد دیگر که خداوند عقوبت را از آن برداشته است، نسیان است. نسیان جایی است که آدم فراموش می کند. مثلا من درگیر کاری بودم، یا اصلا یادم رفت نماز بخوانم. بعد قضایش را می خوانم و گناهی هم برای من نمی نویسند.

یا مثلا در ماه رمضان فراموش می کنی که روزه هستی و آبی می نوشی، یا

غـذائی میخـوری، ایـن نه روزه را باطـل می کنـد و نه عقوبـتی دارد. اسـتغفر الله هم نـدارد. اگر در مـاه رمضـان در حـال روزه فراموش کردی و نشستی ناهار مفصلی خوردی، بعد از آن یادت آمد، هیچ عقوبتی ندارد. این روزی تو بوده است. امام باقر علیه السلام فرمودند: امیر المؤمنین علیه السلام می فرمودند:

من صام فنسـی فأكل أو شـرب فلا يفطر من أجل أنه نسی فانما هو رزق رزقه الله تعالی فليتم صيامه؛(۱) کسی روزه دار باشد و (از روی فراموشـی) بخورد، یـا بیاشامـد، روزه او باطـل نیست؛ چون فراموش کرده بود. این فقـط رزقی بوده که خـدای تعـالی روزی او ساخته بوده است. بنابراین، باید روزه اش را تمام کند (و صحیح است).

قبـل از این که احکام بیایـد، رزق و روزی و تقـدیرات تو میلیونها سال جلوتر نوشـته شـده است. خـدا در روز الست برای شـما مقرر کرده بود که مثلاـ روز پانزدهم ماه رمضان فراموشـی بر شـما غلبه کنـد و یک پرس ناهار مفصل و یک نوشـیدنی خنک بخوری. این رزق را خدا بریده است. چون رزق را بریده است، فراموشی را بر شما مسلط می کند تا این رزق به شما برسد.

اراده خدا در انجام کارها

بعضـی مواقع که خدا می خواهد کاری انجام بدهد که صلاح و مصلحت عبد است و خود این عبد با اختیار خودش هیچ وقت این کـار را نمی کنـد، عقل صاحب عقل را می گیرد، تا آن کار را انجام دهـد. کاری که به ظاهر با عرف قابل ارزیابی نیست. عقل می گوید: این چه کاری بود کردم؟!

۱- وسائل الشیعه، ج ۱۰، ص، ۵۲.

حتی گاهی که آبروی آدم ریخته می شود، راه خیلی از چیزها را برایت باز می کند. بزرگواری می گفت: من تصادف سختی کردم، پایم شکست. گوشه بیمارستان به ظاهر سختی و درد بود، ولی پرونده چهل سال زندگی را پاک کردم. در آنجا حساب و کتاب کردم که چه کردم؟ چرا پایم شکست؟

گناه سازنده!

ما از هر چیزی باید برداشت درست کنیم. تا برایمان مایه عبرت شود. در حدیث آمده است که پیغمبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم به اباذر فرمودند:

یا أبا ذر: إن العبد لیذیب الذنب فیدخل به الجنه؛ ای أبو ذر، بنده،گناه می کند و با آن، وارد بهشت می شود.

ابوذر می گوید: گفتم: پدر و مادرم فدایت باد! این، چگونه ممکن است؟

فرمودند:

یکون ذلک الذنب نصب عینیه تائباً منه فاراً إلی الله عز و جل حتی یدخل الجنه؛(۱) آن که گناه، همواره در برابر دیدگانش است تا توبه کند و از آن، به سوی خدای عز و جل می گریزد تا وارد بهشت می شود.

انبیا ترک اولی داشتند. البته چهارده معصوم ندارند. حساب چهارده معصوم از همه جداست. ولی انبیای گذشته بر اساس آیات و روایات فراوان ترک اولی داشتند. گندمی که حضرت آدم خورد، یا وقتی حضرت ابراهیم به خدا گفت: چطور مرده را زنده می کنی؟ این ها ترک اولی است.

۱- الأمالی (للطوسی)، ص ۵۳۰.

مرحوم علامه مجلسی کتابی به نام «حیات القلوب» دارد که شرح حال انبیاست. اول این کتاب ایشان توجیه قشنگی دارد. علامه مجلسی غواص دریای احادیث اهل بیت علیهم السلام بوده است. می فرماید: چرا انبیایی که در عصمت به سر می بردند، خطاهای ریز و ترک اولی داشتند؟ یعنی بهتر بود این کار را نمی کردند. در پاسخ می گوید: به خاطر این که مبادا عجب آنها را بگیرد.

بزرگی می فرمود: اگر معصیت نبود، خیلی از ما ادعای خدایی می کردیم! چیزی مانند گناه، مؤمنین و علما و عباد و زهاد را دست خالی نمی کند. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند:

سیئه تسوءک خیرٌ عند الله من حسنه تعجبک؛(۱) گناهی که تو را پشیمان کند بهتر از کار نیکی است که تو را به خود پسندی وا دارد.

گناهی که تو را به عذر و غلط کردن بیاندازد، به مراتب از حسنه و ثوابی که تو را به غرور و عجب وا دارد بهتر است.

خواجه عبدالله می گوید: قربان معصیتی که مرا به عذر آورد و گریزان هستم از طاعتی که مرا به عجب آورد.

۳.عمل از روی اکراه و اجبار

«و ما أکرهوا علیه». اکراه یعنی این که کسی را به زور به کاری وادار کنند که اگر بیم از زبان مادی ، معنوی و یا جسمی ناشی از تهدید اکراه کننده نبود آن را انجام نمیداد.

اگر در ماه رمضان دست و پای مرا گرفتند و آب در دهانم ریختند، یا

۱- نهج البلاغه، حکمت ۴۶.

به زور غذا در دهان من کردند، روزه ی من صحیح است. و هیچ گناهی برای من ندارد.

حتی بالاتر از این، اگر به زور ما را وادار کردند تا در اصول دین کفر بگوییم و به خدا شرک بورزیم و مجبور شدیم این کار را بکنیم، عقوبتی بر ما نیست و از دین خارج نشده ایم.

اطمینان قلب به ایمان

پدر و مادر عمار یاسر را شکنجه دادند که کفر بگویند، نگفتند. آنها را شهید کردند. عمار به ظاهر کفر گفت و نجات پیدا کرد. این آیه نازل شد:

مَنْ كَفَرَ بِاللَّهِ مِنْ بَعْدِ إِيمَانِهِ إِلَّا مَنْ أُكْرِهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ؛(1) هرکس پس از ایمان آوردن خود، به خدا کفر ورزد [عذابی سخت خواهد داشت] مگر آن کس که مجبور شده، و(لی) قلبش به ایمان اطمینان دارد.

جایی که آدم دست داعشی ها گرفتار شده و اگر این حرف را نزند، او را می کشند و جایی که آدم مجبور است و در مقام تقیه است، اشکالی ندارد.

۴.ندانستن

«و ما لا یعلمون» من نمی دانستم چیزی که به لباس من است خون است. فکر می کردم آب آلبالوست و با آن نماز خواندم. بعد فهمیدم خون است. این نماز اشکالی ندارد.

۱- سوره نحل، آیه ۱۰۶.

یا این که یک عمر نمی دانستم این مکان غصبی است و در آن نماز خواندم، در این صورت نمازم صحیح است و قضا ندارد.

۵.کارهای فوق طاقت

«و ما لا یطیقون» به خاطر چیزی که من توان آن را نـدارم و نمی توانم آن را انجام دهم، عقوبتی برای من نیست. خـدا عقوبت آن را برداشته است. اگر نمی توانم ایستاده نماز بخوانم، باید نشسته بخوانم. اگر نمی توانم سجده کنم، باید به اشاره سجده کنـم. هرجـا حکم فراتر از طـاقت من است، برداشـته شـده و چیزی که انجـام آن میسـر است جـایگزین آن شـده است، یـا کلا تکلیف برداشته شده است.

مثلاـ پیرمرد و پیرزنهـایی که توان روزه ندارنـد، روزه از آنـان برداشـته شـده است. یا بچه هایی که تازه به سن بلوغ رسـیدند و واقعا توان ندارند، اینها هم حکم روزه از آنان برداشته می شود، مگر این که در زمانی که روزها کوتاه است بتوانند قضای آن را به جا آوردند.

رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ؛(۱) پروردگارا، و آنچه تاب آن نداریم بر ما تحمیل مکن!

۶.اضطرار

«وما اضـطروا إلیه» اضـطرار عبارت است از: بیم عقلائی از رسـیدن زیانی که معمولا قابل تحمل نیست، نسبت به انجام یا ترک کاری، خواه در مورد

۱- سوره بقره، آیه ۲۸۶.

خودش باشد، یا کسی که حفظ او بر انسان واجب است. ضرر هم می تواند جانی باشد، یا مالی، و یا آبرویی و ناموسی.

بـا وجود اضـطرار تکلیف اولیه از عهـده مکلف برداشـته می شود و ارتکـاب حرام و یا ترک واجب در حال اضـطرار جایز می شود. ماننـد خوردن مردار، و یـا ترک نمـاز که در شـرایط عـادی حرام و در حـال اضـطرار جـایز است. از این مطلب به قاعـده اضطرار نیز تعبیر می شود.(۱)

مثلاـ کسـی که در بیابان گیر کرده است و اگر این غـذای حرام را نخورد تلف می شود، به انـدازه ای که از مرگ نجات پیـدا کنـد، می توانـد از آن غـذا بخورد، بدون این که گناه و عقوبتی متوجه او باشد. یا اگر راسـتش را بگوید،خانواده ای زمین می خورند و نانشان قطع می شود. در این صورت برای نجات آنان جایز است دروغ بگوید.

تعریف از خود

تعریف از خود امر قبیحی است. امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:

من مدح نفسه ذبحها؛(۲) کسی که نفس خود را بستاید آن را سر بریده است.

قرآن هم می فرماید:

فَلَا تُزَکُّوا أَنْفُسَکُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَی؛(۳) پس خودتان را پاک مشمارید. او به [حال] کسی که پرهیزگاری نموده داناتر است.

ص: ۱۱۳

۱- فرهنگ فقه، ج ۱، ص ۵۷۴.

۲- غرر الحکم، ح ۹۱۰۴.

۳- سوره نجم، آیه ۳۲.

ولی در قرآن می بینید که بعضی از انبیا از خودشان تعریف کرده اند. مثلا حضرت یوسف علیه السلام به عزیز مصر می گوید:

اجْعَلْنِی عَلَی خَزَائِنِ الْأَرْضِ إِنِّی حَفِیظٌ عَلِیمٌ ؛(1)مرا بر خزانه های این سرزمین بگمار، که من نگهبانی دانا هستم.

تعریف از خود یک جاهایی رو حساب خودستایی نیست. می خواهد کاری را پیش ببرد.

امیر المؤمنین علیه السلام بارها در سخنرانی ها از خودشان دفاع کردند که من مشرک نبودم، یا این آیات در باره من نازل شده است. حضرت سجاد علیه السلام در برابر یزید چقدر از خود تعریف کردند که من پسر چه کسی هستم.

جایی که دفاع از حق است. تعریف از خود اشکالی ندارد. مواردی که اضطرار است حکم را عوض می کند.

۷.حسادت

«والحسد» حسادت یعنی این که انسان از موفقیت کسی ناخشنود باشد و زوال نعمت او را آرزو کند. حسد از صفات بسیار زشت است و از خطرناک ترین و بزرگترین گناهان است.

نخستین گناهی که فرزند آدم (قابیل) به آن مبتلا گردید و بر اثر آن برادرش قابیل را کشت، حسادت بود. روایات فراوانی حسد را با لحنی شدید نکوهش کرده است و آن را ریشه کفر، نابود کننده ایمان، و آفت دین معرفی کرده است.

حسد در صورتی که در گفتار و یا کردار بروز کند، گناه کبیره به شمار

۱- سورہ یوسف، آیه ۵۵.

رفته است، اما صرف خطور آن به قلب ، بدون ترتیب اثری بر آن حرام نمی باشد. و حدیث رفع ناظر به همین صورت است. یعنی تا در ذهن و خیالت است، خداوند مؤاخذه نمی کند. این فکر و خیال شاید برای عموم مردم وجود داشته باشد.

می گویند: مرحوم علامه بحر العلوم یک موقع سر به سجده گذاشت و خدا را شکر کرد. گفتند: بی موقع سجده شکر کردید؟ گفت: الآن به ته قلبم مراجعه کردم. دیدم الحمد لله حسد از من برداشته شده است.

دیدم اگر آیت الله و عالمی جلو بیافتد، من خوشحال می شوم. اولیای کمل به اینجا می رسند. حسد، مادامی که به عمل نرسد، خدا آثارش را بر می دارد.

۸.فال بد

«و الطیره» طیره یعنی فال بد زدن به چیزی. طیره در دوران جاهلیت مرسوم بوده است. مردم جاهلی به هنگام سفر و انجام دادن کارهای مهم به رخدادها، پرندگان و حیوانات فال بد می زدند و به سبب آن از انجام دادن کار یا رفتن به سفر خودداری می کردند.

طیره و فال بد زدن مکروه و ترک آن مستحب است. بر اساس روایات، رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فال نیک زدن را دوست داشتند و از فال بد زدن کراهت داشتند. امام صادق علیه السلام فرمودند:

الطیره علی ما تجعلها إن هونتها تهونت و إن شددتها تشددت و إن لم تجعلها شیئا لم تکن شیئاً؛(۱) تأثیر فال بد و میزان آن به تفأل

۱- الکافی، ج ۸، ص ۱۹۸.

زننده بستگی دارد؛ اگر آن را سبک و کوچک بشمارد، کار بر او سبک و آسان می شود. و اگر سخت بگیرد، سخت و دشوار می شود. و اگر ناچیز انگارد، هیچ اثر سوئی بر او نخواهد گذاشت.

فال بد زدن، متأسفانه همه جای دنیا و مخصوصا در مملکت ما فراوان است. یک کلاغ پریده است. می گوید: من تصادف می کنم. عطسه می کند، می گوید: باید صبر کنم، ممکن است اتفاق بدی بیفتد. بر اساس روایات عطسه را باید به فال نیک بگیریم، نه به فال بد.

بنابر این، نفوس بد زدن و این که به دلم بد آمد، چیز بدی است و در اسلام از آن نهی شده است. و بر اساس حدیث رفع، اگر کسی فال بد زد برای او گناهی نمی نویسند، ولی نباید به آن عمل کند و ترتیب اثر بدهد. چنان که در روایات از رسول خداصلی الله علیه و آله وسلم نقل شده است که فرمودند:

کفاره الطیره التوکل؛(۱) کفاره فال بد زدن توکل بر خداست.

در پرتو توکل بر خداوند متعال و اعتنا نکردن به آنچه رخ داده، اثر سوء عملی که به آن فال بد زده شده بر طرف خواهد شد.

۹.وسوسه در تفکر در خلق

«و التفکر فی الوسوسه فی الخلوه ما لم ینطق بشفه» مراد از وسوسه در تفکر در خلق، افکار نادرست در ارتباط با نظام آفرینش است. مانند این که چرا خداوند شرور را آفرید؟ چرا بدان را بر خوبان مسلط کرد؟ چرا جهنم و کفار را خلق کرد، تا شخص را نسبت به عدالت خداوند و حکمت آفرینش

۱- وسائل الشیعه، ج ۲۲، ص ۴۰۴.

دچار تردید کند؟

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم در این حدیث می فرمایند: فکرهای بد که به ذهن شما می آید، خدا مؤاخذه نمی کند. عقوبت ندارد، ولی به آن توجه نکن و اهمیت نده.

می گویی: چرا او با این که ایمان ندارد وضعش خوب است و ما با این که ایمان داریم وضعمان بد است؟ این خانم در بدترین شرایط هزار تا خواستگار دارد، ما بهترین مؤمن هستیم حال و روزمان این است. این افکار فراوان است.

درباره قضا و قدر، از خدا گلایه و شکایت داریم. خدا اینها را تا زمانی که به زبان نیاوریم مؤاخذه نمی کند. باید روی این افکار کار کنیم، فکرها را تصحیح کنیم و از آنها عبور کنیم. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرموند:

تجاوز الله لأمتی عما حدثت به أنفسها ما لم تنطق به أو تعمل؛(۱) خداوند، از وسوسه ها و تشکیکات ذهنی امت من، تا زمانی که آنها را به زبان، یا به مرحله عمل نیاورده باشند، گذشت کرده است.

۱- تنبیه الخواطر، ج ۲، ص ۱۲۰.

فصل سوم: نکته های مهم برای مبارزه با وسواس

اشاره

ص: ۱۱۹

۱_پرهیز از زیاده روی در شست وشو

یکی از راهکارها برای این که در دام وسواس نیفتیم، این است که از شستن بیش از مقدار لازم خودداری کنیم. زیاده روی در شست و شو کار را خراب می کند و انسان را به وسوسه می اندازد. اگر یک بار شستی، بعد گفتی یک بار دیگر هم بشویم، این ورود در جاده وسواس است. گاهی هم به بطلان عمل انسان منجر می شود. امام عسکری علیه السلام فرمودند:

من تعدی فی طهوره کان کناقضه؛(۱) هرکس از وضوی خود تعدی کند (و بیشتر از مقرر بشوید، یا آب بریزد) همانند نقض کننده و باطل کننده آن است.

کسی که در شست و شو در وضو یا غسل زیاده روی کند، مثل این است که آن را باطل یا نقض کرده است. از حدودی که گفته اند نباید تعدی کنیم.

۲_طهارت در نماز

نکته دیگر این که بسیاری از نجاسات مورد ابتلای ما نیست. اصلا اگر تمام عالم نجس باشد به من ربطی ندارد. من برای نماز خواندن باید بدنم و لباسم و مهری که روی آن سجده می کنم پاک باشد. حتی فرش و سجاده ای که

۱- تحف العقول، ص ۴۸۹.

روی آن نماز می خوانم اگر نجس و خشک باشد، مشکلی ندارد. فقط محل سجده باید پاک باشد.

۳_کوتاه خواندن نماز

کسانی که همواره در نمازشان دچار فراموشـی و به تبع آن مبتلا به شک می شوند، بهتر است نمازشان را کوتاه بخوانند، یعنی فقط به واجبات آن اکتفا کننـد. راوی می گویـد: به امام صادق علیه السـلام عرض کردم: من در نمازهایم زیاد شک می کنم. حضرت فرمودند:

أدرج صلاتک إدراجاً؛ نمازت را در هم بپیچ.

گفتم: چه گونه در هم بپیچم؟ فرمودند: «ثلاث تسبیحات فی الرکوع و السـجود؛ در رکوع و سـجده فقط سه نوبت «سبحان الله» بگو.(۱)

نمازت را سـبک کن. طول نـده! نماز جماعت را طولانی نکنیـد. دعای کمیل نیم ساعت است. این که یک ساعت و نیم دعای کمیل را طول بدهید حق الناس است.

مرحوم آیت الله مرعشی نجفی نماز جماعت را سریع می خواندند. به ایشان می گفتند: آقا چرا سریع می خوانید؟ می فرمودند: من مهلت نمیـدهم شـیطان بیاید وسوسه کند. تا نیت می کنند، من «والضالین» را گفته ام. تا شـیطان بیاید اینها را بازار ببرد، من سلام نماز را داده ام.

اگر می بینی وقتی نمازت را طول می دهی، شیطان می آید و حواس تو را پرت می کند، نمازت را سبک کن.

۱- الکافی، ج ۳، ص ۳۵۹.

یک نفر به امام صادق علیه السلام عرض کرد: عیسی بن اعین دائم در نماز شک می کند و دوباره نماز را می خواند. حضرت فرمودند:

هل یشک فی الزکاه فیعطیها مرتین؛(۱) آیا در زکات هم شک میکند و دوباره می پردازد؟!

اگر واقعا در عبادات وسواس و شکاک است، در زکات دادن هم شک کند و دو بار زکات بدهد. در خمس دادن هم شک کند و دو بار خمس بدهد! چرا فقط در آب ریختن و در نماز وسواس به خرج میدهد؟!

یعنی این شیطان است. انشاء الله پولدارها در خمس دادن شک کنند و هی بدهند. اگر کسی وضع مالی اش خوب است، در صدقه و خیر رساندن شک کند و وسواس بگیرد. این خیلی هم خوب است.

۴_تداخل در غسل

نکته دیگری که کار را برای وسواسی ها آسان می کند و از شک انسان می کاهد، تداخل در اسباب غسل است. یعنی مثلا اگر چند غسل واجب و مستحب دارد، می تواند به نیت همه آنها یک غسل انجام دهد.

غسل های مستحب فراوان است. غسل روز جمعه، غسل زیارت معصومین، غسل نشاط، غسل توبه و غسل واجبی را که به گردن انسان است می توان نیت کرد و برای همه یک غسل انجام داد.

۵_وسواس در نیت کردن

یکی از موضوعاتی که مورد ابتلا است، وسواس در نیت است. نیت یعنی

۱- وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۲۴۸.

قصد. اصلا آدم عاقل بدون نیت و قصد کاری را انجام نمی دهد. بنده تا به دلم نگذرد که دستم برود این لیوان را بردارد، این کار را نمی کنم.

بدون قصد و نیت هیچ کاری انجام نمی گیرد. همین که در ذهنم می گذرد و به دستم امر می کنم این را بگیر، این نیت است. وقتی در مسجد از شما می پرسند چه کار می خواهی بکنی؟ می گویید: می خواهم نماز بخوانم. همین نیت است.

بعضی فکر می کنند نیت باید به ذهن و زبان بیاید. همین که بلند شدیم و به سمت شیر آب رفتیم که وضو بگیریم، نیت است. برخی از وسواسی ها می گویند: من نیم ساعت کنار شیر آب هستم و نمی توانم نیت بکنم. این وسوسه شیطان است.

یک نفر خدمت مرحوم آیت الله بروجردی آمد. مبتلا به وسواس در نیت بود. ایشان فرمودند: من نیت را حرام می دانم. اصلا نباید نیت کرد. دیگر خیالش راحت شد و رفت.

می گویند: کسی نزد عالمی آمد و گفت: من هنگام غسل هر چه می کنم نیتم نمی آید. آن عالم گفت : شما باید بدون نیت غسل کنی. رفت و فردا آمد. پرسید: چه شد؟ گفت: هرچه می خواهم نیت نکنم نیتم می آید. گفت: اگر نیتت آمد با نیت غسل کن و اگر نیامد بدون نیت غسل کن. ببینید شیطان چگونه انسان را بازی می دهد. این ماییم که نباید بازی بخوریم.

شما که آمدی و رو به قبله ایستادی معلوم است می خواهی چه کار کنی. بگو «الله اکبر» و نماز ظهرت را بخوان. گردن بنده و همه مراجع! بعضی به بهانه نیت نیم ساعت سر نماز می ایستند. بگو: «الله اکبر» و خودت را خلاص

کن. اصلا کاری بدون نیت انجام نمی شود.

بالاخره برای هر کاری قصدی وجود دارد. این قصد همان نیت است. انسان باید تمرین کند و خودش را بشکند. به شیطان بگوید: من می خواهم نماز باطل بخوانم. شما چه می گویی؟ به دهان شیطان بزنند. «الله اکبر» بگوید و شروع کند. اگر در نیت گیر بیفتی پدرت را در می آورد.

وقتی شما می ایستی برای نماز، همان نیت است. وقتی زیر دوش می روی برای غسل کردن، همان نیت غسل است. نه لازم است به زبان بگویی، و نه لازم است به ذهن خود مرور دهی. معطل هم نکنید.

۶_وسواس در قرائت

اشاره

یکی از مصادیق وسواس، وسواس در قرائت نماز است. البته لاابالی گری و این که زیر و زبر را غلط بخوانیم و مخرج حروف را رعایت نکنیم صحیح نسیت. این را هیچ کس نمی گوید.

البته آن لهجه عربی که در حجاز و زبان عرب است از ما نمی خواهند زبان فارسی به عربی خیلی نزدیک است، زبان چینی و انگلیسی که به عربی ربطی ندارد. این همه آدم در دنیا می خواهند نماز عربی بخوانند و یا قرآن را باید عربی بخوانند، همین قدر که این حروف صحیح ادا شود، کافی است. البته با تجوید خواندن بهتر است، اما واجب نیست.

آیا حدیثی داریم که یکی از امامان ما گفته باشد: قرائتت را درست کن؟! فرموده اند: عربی صحیح باشد. اما ما اینقدر سخت می گیریم که طرف یادش می رود. البته نباید عمداً غلط بخوانیم.

ص: ۱۲۵

سخت گیری را باید در آبروی مردم، در غیبت از مردم، در مال مردم، در ربا و امثال اینها به کار برد که در اسلام سخت گیری شده است.

سخت گیری در قرائت

بنده پای منبر مسأله گویی بودم. می گفت: «اهدنا» که می گویید، ناف شما داخل برود. اینها گفتنش حرام است و وسوسه ایجاد می کند. روان و ساده بگوییم. روی آن چیزی که دین ما حساس است، حساس باشیم. مال مردم را نخوریم. غیبت نکنیم و تهمت نزنیم.

مرحوم آسید ابوالحسن هاشمی خدا رحمتش کند. وصیت کرد روی سنگ قبرش این شعر را بنویسند. قبرشان در قم است.

عاشق شو ورنه روزی کار جهان سر آید

ناخوانده درس مقصود از کارگاه هستی

عشق و محبت خدا، حضور قلب و اخلاص مهم است. ایشان منبر می رفت و به بازاری ها می گفت: فقط بند قرائت نباشید. ربا نخورید و به ناموس مردم نگاه نکنید. مراعات دیگران را بکنید.

ما حساسیت های دین را نشناخته ایم. دائم به لفظ و ظاهر و وسواس و این که یک سر سوزن آب نرسد اهمیت می دهیم. اینها خلاف دین ماست. دین ما این طور نیست. جایی که باید حساس باشیم، نیستیم.

سخت گیریها وسواس ایجاد می کند. بعضی از مسائل که درست بیان نمی شود، باعث وسواس می شود.

در مورد قرائت نمی گوییم لاابالی گری باشد، یا این که انسان غلط بخواند.

ص: ۱۲۶

باید عربی صحیح بخواند. حضرت امام در «تحریر الوسیله» می فرماید: در قرائت لازم نیست دقتهایی که در تجوید سفارش شده است باشد. لازم نیست حتما اینها را مراعات کنیم و دقت فوق العاده داشته باشیم، به طوری که آدم را به وسواس بیاندازد.

نمازی که حضرت امام رحمه الله به جماعت خواندند و از سیما مشاهده کردیم، و یا نمازی یک مرجع تقلید می خواند، چقدر روان و ساده است. آیت الله بهاءالدینی نماز را بسیار ساده می خواندند. اصلا سخت نمی گرفتند. اگر می توانیم یاد بگیریم، و اگر نتوانستیم این دقتها لازم نیست.

سین بلال

بلال حبشی می گفت: «اسهد ان لا اله الا الله!» به جای شین سین می گفت. زبانش نمی چرخید. وقتی مکه فتح شد، پیامبر خدا به او فرمودند: برو روی بام کعبه اذان بگو! مکه جایی بود که تجوید و عربیت برایشان مهم بود. به سران مشرکین و بت پرست خیلی سخت گذشت. گفتند: کاش مرده بودیم و کلاغ سیاه نمی آمد بالای کعبه اذان بگوید.

پیغمبر اسلام صلی الله علیه و آله وسلم این عنوان ها را در هم شکستند. بلال نه چهره ای زیبا داشت و نه صدای زیبایی و نه تجویدی که مطابق میل عرب های آن زمان باشد. فرمودند:

إن سین بلال عند الله شین؛(۱)سین بلال در نزد خدا شین است.

یعنی هرگاه بلال به جای حرف شین، حرف سین تلفظ کند، خداوند

۱- عده الداعی، ص ۲۷.

متعال آن را به جای حرف شین می پذیرد.

پیر مرد و پیرزنی که حروف را بلد نیستند، مخارج را بلد نیستند، و نمی توانند یاد بگیرند، بر آنان سخت نگیریم.

۷_وسواس در وقت نماز

موضوع دیگر که برخی در آن وسواس به خرج می دهند، وقت نماز است. وسواسی می گوید: بگذار ده دقیقه، یک ربع بگذرد، بعد نماز را بخوانیم. نماز اول وقت بسیار سفارش شده است.

مرحوم آیت الله ادیب اصفهانی در علم نجوم بسیار وارد بود و تقویمی برای ساعات شبانه روزی نماز نوشت. بزرگواری می گفت: من به ایشان گفتم: ما چقدر احتیاط کنیم؟ فرمود: من که تقویم را نوشتم، احتیاط را کردم. فرمودند: شما هم می خواهی احتیاط کنی یک دقیقه تا دو دقیقه صبر کن.

زمانی خدمت آیت الله بهاءالدینی بودم. با هم وعده کردیم که بعد از نماز صبح به اصفهان برویم. بنده راننده بودم. به ایشان گفتم: ده دقیقه از اذان بگذرد نماز بخوانیم تا بیاییم بیست دقیقه می کشد.

فرمودند: اذان که تمام شد نماز بخوانید. در شهرها چون چراغ هست سپیده که می زند خیلی معلوم نیست، اما در بیابان که تاریک است، سپیده صبح خوب پیداست.

فرمودند: ما از کشاورزها و رعیتها که در بیابان بودند، پرسیدیم. گفتند: اذان را که می گویند، بعد سپیده صبح می زند. اگر احتیاط هم می کنید یک تا دو دقیقه! نه این که یک ربع، نیم ساعت صبر کنید.

بزرگواری می گفت: خدمت آیت الله بهاء الدینی رسیدم، شک می کردم که اذان شده یا نه. ایشان می فرمودند: از شما بعید است. در شأن شما نیست. شما استاد هستی، روحانی و مؤلف هستی. در شأن شما نیست که وسواس داشته باشی. اذان که تمام شد نماز را بخوان.

۸ـ وسواس در قبله

موضوع دیگر که محل وسوسه است، قبله است. همین قدر که در جهت قبله باشد، کافی است. فقها فرموده اند: برای تعیین قبله، بر قبله شهرها و روستاهای مسلمان نشین که از گورستان عمومی، محراب مساجد و مانند آن به دست می آید، می توان اعتماد کرد.

بنابراین، دقت های دقیق محاسباتی برای تعیین قبله لازم نیست. اگر به منزل کسی رفتید و جهتی را برای قبله به شما نشان داد همان کافی است، شک و تردید به خود راه ندهید.

برخی گفته اند: آنچه از ادله شرعی استفاده می شود، سهولت در امر قبله و اکتفا به جهتی است که عرف آن را جهت مسجد الحرام می داند؛ از این رو، توده مردم مکلف به رجوع به علم هیئت و استخراج قبله از راههای بیان شده در این علم و محاسبات دقیق آن نیستند.

البته ترک عمدی رو به قبله بودن، موجب بطلان نماز است؛ ولی در صورت معلوم نبودن قبله، چنانچه نمازگزار برای شناسایی قبله تلاش کرد و به سمتی که گمان بودن قبله می رفت نماز گزارد، سپس معلوم شد گمان او نادرست بوده است، به شرط آنکه انحرافش از قبله کمتر از نود درجه باشد،

نمازش صحیح است.

البته اگر کشف خطا در بین نماز بوده باشد، باید به سمت قبله برگردد و لازم نیست نماز را دوباره بخواند. (۱)با توجه به این مسائل می توان دریافت که در باره قبله سخت گیری نشده است.

۹_وسواس در امام جماعت

اشاره

از جاهایی که بعضی وسواس دارند، امام جماعت است. امام خمینی در کتاب «چهل حدیث» در شرح حدیث بیست و پنجم این کتاب می فرمایند:

«و از شئون وسوسه، یکی اقتدا نکردن به کسانی است که به حکم نص و فتوا محکوم به عدالت هستند و ظاهر آنها صالح و به اعمال شرعیه مواظب هستند، و باطن آنها را خداوند عالم است و تفتیش از آن لازم نیست، بلکه جایز نیست.

با این وصف، شخص وسواسی را شیطان مهار می کند و در گوشه مسجد از جماعت مسلمین کناره گرفته، فرادا نماز می خواند! و معلل می کند عمل خود را به این که شبهه می کنم، به دلم نمی چسبد. ولی در عین حال از امامت مضایقه ندارد! با آن که کار امامت سخت تر و جای شبهه در آن بیشتر است، ولی چون موافق هوای نفس است در آن شبهه نمی کند.»

عدالت امام جماعت

عدالت امام جماعت آبکی است. یعنی از همه کمتر سهم دارد. برای

۱- فرهنگ فقه، ج ۶، ص ۴۸۰.

عـدالت قاضـی و مرجع تقلیـد و ولی فقیه و کسـی که می خواهـد زمـام امور را به دست بگیرد و کارهای بزرگ انجام بدهـد، سخت گیری شده است. اما امام جماعت که فقط می خواهی پشت سـرش نماز بخوانی، باید قرائتش درست باشد و در عدالت او آن گونه سخت گیری نشده است.

خیلی از بزرگان فرمودنـد: برای احراز عـدالت او حسن ظاهر کافی است. یعنی همین که اهل محل و همسایه ها به او اقتـدا می کننـد کـافی است. خیلی هسـتند که در حرم ها نماز نمی خواننـد و می گوینـد: من شک دارم این آقا عادل است یا نه. این آقا خطش به خط من نمی خورد.

مـا می گوییم: پشت سـر اهل سـنت نماز بخوانیـد، این که شـیعه و دوست اهل بیت است، چرا شک می کنیم؟! حیف است که شیطان ما را از نماز جماعت محروم کند.

حتی اگر پشت سر آقایی نماز خواندی و بعد معلوم شد یهودی و جاسوس است، نماز شما صحیح است.

مرحوم آیت الله بهاء الدینی گاهی به یک بچه طلبه که در نماز ایستاده بودند، اقتدا می کردند. مرحوم آیت الله نجابت، مرحوم دولابی، خیلی راحت به رفقا اقتدا می کردند. سخت نگیریم. عدالت امام جماعت سخت گرفته نشده است.

۱۰_وسواس در وضو و غسل

از چیزهایی که سـخت گیری نشده است، وضو و غسل است. یکی از بزرگان می فرمود: من دو میلیون میدهم به کسـی که دو دقیقه زیر دوش بایستد و ادعا کند همه بدن من تر نشده است و ادعای او درست باشد. چرا

این قدر شک میکنید؟!

اگر یک لیوان آب نجس بر سر شما بریختند، می گویی: همه جانم نجس شده است. چطور این طرف را زود باور می کنید، ولی پاکی را نه؟! این حتما کار شیطان است. وقت غسل کردنمان را کم کنیم. این قدر برای غسل و وضو آب نریزیم. امام صادق علیه السلام فرمودند:

والله کان وضوء رسول الله إلا مره مره؛(۱) به خدا سوگند، وضوی پیامبر جز آن نبود که بر هر عضوی یک بار آب می ریخت.

به طور طبیعی با کمتر از یک لیوان آب می توان یک وضوی کامل گرفت. برای وضو سه مشت آب کافی است؛ یک مشت آب برای صورت، یک مشت برای دست راست، و یک مشت برای ست چپ.

در روایت در باره ارکان وضو آمده است: «غسلتان و مسحتان»؛(۲) یعنی وضو دو شستن و دو مسح کردن است؛ شستن صورت و شستن دو دست، و مسح سر و مسح دو پا. اگر مسح سر را با یک انگشت و به اندازه یک بند انگشت هم بکشیم کافی است. مسح پا را هم می توان با یک انگشت، از سر یکی از انگشتان پا تا قوزک پا کشید. همین قدر کافی است.

مرحوم آیت الله مرعشی نجفی سحرها به حرم حضرت معصومه سلام الله علیها می آمدند. گاهی که خسته بودند و چرتی می زدند، همانجا برایشان یک تشت می آوردند و راحت وضو می گرفتند. مرحوم آیت الله خویی یک حوله می انداختند، نشسته با مختصری آب وضو می گرفتند.

۱- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۳۰۸.
۲- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۲۰.

۱۱_بادهای معده

یکی از چیزهایی که خیلی مورد ابتلاست، این است که برخی بعد از وضو احساس می کنند که باد معده از آنها خارج شده است. صرف چنین احساسی وضو را باطل نمی کند. باید یقین صد در صد داشته باشید. بر اساس روایات، گاهی شیطان برای این که شخص را به وسواس مبتلا کند، در آن محل میدمد تا طرف فکر کند وضویش باطل شده است. امام صادق علیه السلام فرمودند:

إن الشیطان ینفخ فی دبر الإنسان حتی یخیل إلیه أنه قد خرج منه ریح ولا ینقض الوضوء إلا ریحٌ تسمعها أو تجد ریحها؛(۱) شیطان در عقب انسان می دمد، به صورتی که می پندارد بادی از او خارج شد. باد خیالی وضو را نمی شکند. آن بادی وضو را می شکند که صدای آن را بشنوند، یا بوی آن را استشمام کنند.

با حس و حدس و ظن و گمان وضو باطل نمی شود، باید یقین کنید. آیا اگر وضو باطل کردن واجب بود، آیا شما با حس و حدس و گمان یقین می کردی که وضویت باطل شده است؟

۱۲_ترشحات انسان

موضوع دیگر ترشحاتی است که از مرد یا زن بیرون می آید. زمانی که مرد کنار همسرش هست، یا فکر شهوانی به ذهنش می آید، ترشحی از او خارج می شود که پاک است و آن غیر از خون، بول، منی است.

اگر انسان یقین کرد ترشحی که از او بیرون آمده است خون است، نجس

۱- وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۲۴۶.

است. اگر یقین دارد ادرار است، نجس است. اگر یقین دارد منی است، نجس است. یقین به این معناست که بتوانی روی آن قسم بخوری. غیر از این سه مورد، ترشحات دیگر پاک است.

برای خانم ها در دوران عادت ماهیانه، فقط خون نجس است. عرق بدن و لباس نجس نیست. فقط محل خون نجس است. خانم هایی که در عادت ماهیانه هستند، مستحب است محل خون را تمیز کنند و در سجاده بنشینند و ذکر بگویند.

وسواسی نشویم. چرک و عفونت بدن میکروب هست، اما نجس نیست. میکروب هایی که در خانه هست، به عنوان نجاست مطرح نیست.

کسانی که حس می کنند ترشحاتی از آنها دفع شده است، به صرف این حس نمی توان حکم به دفع ترشح کرد. البته اگر کسی مرض سلس البول دارد، باید کیسه بگذارد و طبق احکام مربوط به آن عمل کنند.

اما افرادی که می گویند: ما حس می کنیم از ما ادرار رفته است، تفحص و تجسس لازم نیست و نباید اعتنا کنند. اینجا شیطان دخالت کرده است. بنابراین، هرجا شک و گمان دارید که وضو باطل شده است، اصلا اعتنا نکنید. تفحص هم لازم نیست.

۱۳_بی اعتباری علم وسواسی

افرادی که دچار وسواس شدید هستند و گرفتار توهم اند و فکر می کنند همه چیز نجس است، بر اساس روایات و فتوای فقها حتی یقینشان هم اعتبار ندارد. کسانی که به شهادت دیگران وسواسی هستند، علم و یقین آنها در

طهارت و نجاست معتبر نیست.

مرحوم آیت الله سید محمد کاظم یزدی در «العروه الوثقی» می فرماید: «لا ـ اعتبار بعلم الوسواسی فی الطهاره و النجاسه؛ علم وسواسی در طهارت و نجاست اعتبار ندارد.»

اگر کسی بیماری وسواس بر او حاکم است، حتی جایی که یقین کرده است اعتنا نکند. ببیند بقیه چه می گویند. اگر بقیه گفتند نجس است، قبول کند. اگر گفتند پاک است، اعتنا نکند. چون دچار توهم است. هرجایی که می گوید لباسم نجس است، بدنم نجس است، دچار توهم است. به علمش هم اعتنا نکند.

۱۴_خونی که میتوان با آن نماز خواند

یکی از نکات قابل توجه برای اهل وسواس این است که اگر به اندازه یک بند انگشت خون در لباس یا بدن باشد، می توان با آن نماز خواند و اشکالی ندارد. البته غیر از خون حیض و استحاضه.

۱۵_رنگ و بوی نجاست

اگر بعد شستن لباس رنگ نجاست، یا بوی نجاست در لباس باقی ماند، لباس پاک است و نیازی به تطهیر مجدد نیست. مثلا پیراهنی که بعد از شستن، رنگ خون در آن باقی مانده است، پاک است. دقتهای عقلی در اینجا لازم نیست.

ماشین های لباسشویی که وصل به گر است، اگر عین نجاست برطرف شود، چون وصل به کر است پاک است، هر چند رنگ آن باقی بماند.

۱۶_حکم الکل طبی

افرادی است که آمپول می زنند، چه لزومی دارد ببینند لباس یا بدنشان خونی شده است یا نه؟ آمپول زدی برو نمازت را بخوان. اشکالی ندارد. بله اگر یک وقت دیدی نجس است وظیفه داری.

الکل هم دو نوع داریم؛ الکل طبی و الکل صنعتی. الکل طبی اگر مست کننده باشد نجس است و خوردنش حرام است. الکل صنعتی خوردنش جایز نیست، ولی نجس نیست.

البته آیت الله سیستانی می فرماید: کل الکل ها پاک است. اما بعضی از فقها می گویند: الکل طبی اشکال دارد. بر اساس فتوای آیت الله سیستانی الکلی که برای تزریق آمپول استفاده می شود پاک پاک است.

۱۷_پرهیز از کنجکاوی

اصلا لزومی ندارد ما کنجکاوی کنیم که چیزی پاک است، یا نجس. جایی که شک داریم، برای ما پاک است. دقت باید عرفی و عقلایی و معمولی باشد. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرمایند:

لا تداقوا الناس ونا بوزن، و عظموا أقدارکم بالتغافل عن الدنی من الأمور؛(۱) مردم را زیر ذره بین مگذارید و با چشم پوشی از امور پست و مسائل پیش پا افتاده، قدر و ارزش خود را بالا برید.

زیاد دقت نکنید که مو را از ماست بکشید. قدر خود را بالاتر بدانیم از آنکه وقت و فکر و زمانمان را در مسائل ریز و کوچک و برای یک ذره ای

۱- تحف العقول، ص ۲۲۴؛ بحار الأنوار، ج ۷۵، ص ۶۴.

خون بگذاریم.

می فرماید: شما باید با خدا بنشینید، معمولا فکر آدمهای وسواسی یا خون است، یا ادرار است، یا حمام و غسل و وضو است.

خویشتن نشناخت مسکین آدمی

از فزونی آمد و شد در کمی

خویشتن را آدمی ارزان فروخت

بود اطلس خویش بر دلقی بدوخت(۱)

حضرت می فرماید: قدر شما خیلی بیشتر از این است که در مسائل ریز و پست وقت بگذرانی. با وسواس اگر در مسیر بندگی عقب گرد نداشته باشیم، حتما داریم در جا می زنیم.

یکی از کارهای مهم شیطان این است که ما را با خودش درگیر می کند و از خدا و مقصد غافل می کند. این بزرگترین ترفند شیطان است.

۱۸_پرهیز از دقت های بی مورد

نکته مهم دیگری که در پیشگیری و درمان وسواس بسیار کارساز است، عدم دقت عقلی و مولکولی و فیزیکی است. در شریعت اسلام برای تشخیص چیزها دقت عقلی لازم نیست، معیارها و اندازه ها عرفی است. این طور نیست که با خط کش و سانت و میلیمتر اندازه گیری شود، یا با ذره بین و میکروسکوپ بخواهند چیزی را تشخیص بدهند. به ما نگفته اند که ذره بین بگذار ببین ذره ای از خون هست یا نیست. چنین چیزی نداریم.

متأسفانه در برخی از رساله ها عملیه برخی مسائل طوری طرح شده است که ممکن است این گونه برداشت شود. همین که عرف بگوید صورت یا

۱- مثنوی معنوی، دفتر سوم.

دست هـا شسـته شـده است، کـافی است. لازم نیست که بگردیم ببنیم همه جا را شسـته ایم یا نه. دقت عقلی لازم نیست. از آن طرف هم نباید لا ابالی باشیم.

بسیاری از وسواس هایی که در انجام عبادات به وجود آمده، بر اثر درست بیان نشدن مسأله، یا درک ناصحیح آن بوده است. می گویند: کسی که می خواهد وضو بگیرد یا غسل کند، نباید در اعضای وضو و غسل مانع باشد. کسی که حنا بسته است، از نظر فیزیکی و مولکولی ذرات حنا پس از شست و شوی آن هنوز وجود دارد، ولی از نظر عرفی حنایی نیست.

در اینجا عرف میزان است. بنابراین، مانعی برای وضو و غسل وجود نـدارد. یا اگر سـرمه کشـیده است و بعـد آن را پاک کرده است همین که عرف بگویـد سـرمه از محـل وضو پـاک شـده است کافی است. یا اگر دست آدم خودکاری باشـد، مانع وضـو نیست. آیت الله مکارم شیرازی فرمودند: خودکار مانع نیست. یعنی دقت عقلی لازم نیست.

۱۹_اعتقاد به همه احکام الهی

ممکن است بعضی ها در مورد مسائلی که ما می گوییم شبهه کنند. ما مسائلی را که می گوییم روی آن قسم می خوریم. نمی خواهیم مـدیون دین و مردم باشـیم. پس در مسائلی که می گوییم کسـی شک و شـبهه نکنـد. خدای متعال در قرآن کریم می فرماید:

وَيَقُولُونَ نُؤْمِنُ بِبَعْضٍ وَنَكْفُرُ بِبَعْضٍ وَيُرِيـدُونَ أَنْ يَتَّخِذُوا بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا؛(۱)و می گویند: «ما به بعضـی ایمان داریم و بعضی را انکار

۱- سور� نساء، آیه ۱۵۰.

می کنیم و می خواهند میان این دو، راهی برای خود اختیار کنند.

آدم های وسواسی اینطور هستند. نمی توانی بگویی من اینجا را قبول دارم، ولی آنجا را قبول ندارم. همان خدایی که می گوید خون و بول نجس است، همان خدا می گوید اینجا پاک است و برای شما اشکال ندارد. همان خدایی که می گوید: وضو بگیر، همان خدا می گوید: این طور و این اندازه بگیر. یک بار شستن واجب است. اما بار سوم حرام است. یعنی برای ما حد گذاشته اند.

نمی توانیم بگوییم من اینجا حرف شما را گوش میدهم، ولی آنجا گوش نمی دهم. همان خدایی که طهارت و نجاست را برای ما بیان و معین کرده است، حد و حدود آن را هم بیان فرموه است. فرموده است: من بیش از این نمی خواهم، حرام است و راضی نیستم.

۲۰_خون داخل بدن

اگر داخل بینی، یا زیر ناخن ما خون باشد، یا وقتی آمپول می زنیم و زیر پوست سیاه می شود، اشکالی برای وضوی نماز ما به وجود نمی آورد. خون داخل بدن پاک است. خون بیرون بدن نجس است.

خونی که سیاه شده و روی زخم را می پوشاند، عرف نمی گوید این خون است. به فتوای آقایان این خون پاک است. برخی از آن، به دله روی زخم تعبیر می کنند.

۲۱_در سفرهای خارجی

وقتی به خارج از کشور می رویم، اگر از کشورهای اسلامی است، احکام آن مثل کشور خودمان است. اما اگر از کشورهایی که اسلامی نیست، تمام

وسایلشان پاک است. فرش، موکت، مبل، همه پاک است.

فقط گوشت هایی که باید ذبح شرعی شود و در آنجا نمی شود حرام است. البته در برخی از کشورها شرکت هایی هست که ذبح اسلامی می کنند و مطمئن است و می توان از آنجا گوشت تهیه کرد.

اما ماهی؛ اکثر علما می گویند: اگر غیر مسلمان هم آن را بگیرد اشکال ندارد. لبنیات و غذاهای دیگر همه پاک است.

ص: ۱۴۰

فصل چهارم: راهکارهای درمان وسواس

اشاره

ص: ۱۴۱

۱.بی اعتنائی به وسوسه ها

اشاره

از مهم ترین راههای درمان وسواس که از اساسی ترین راهکارها برای درمان وسواس عملی و وسواس فکری است، بی اعتنائی به وسوسه هاست. آدمهای وسواسی نباید به وسوسه ها اعتنا کنند. عهد و پیمان ببندند، حتی نذر کنند، خود را جریمه کنند و طلسم اعتنا به وسوسه ها و به دنبال آن طلسم تکرار را بشکنند.

درمان اصلی و اساسی وسواس فکری و عملی بی توجهی و بی اعتنایی و بی خیالی است. با خودشان عهد کنند که من یک بار می شویم، یک بار وضو می گیرم و یک بار غسل می کنم. قرائت را یک بار می خوانم. اگر این راه حل را عمل کنند سریع خوب می شوند.

بهترین حربه برای مقابله با وسواس

از کسی که خوشم می آید، با او حرف می زنم، دل به دلش میدهم. از کسی که بدم می آید، با او تندی و لجبازی می کنم. از این بالاتر او را بایکوت کنم و روی برمی گردانم، بی اعتنایی و بی توجهی کامل می کنم.

بهترین راه مقابله با آنهایی که مزاحم تلفنی می شوند، یا پیامک میدهند، بی خیالی و بی توجهی است. برخورد با شیطان هم همین طور است. نباید

ص: ۱۴۳

محل گـذاشت و با او درگیر شد. باید رد تماس کرد. اگر چند بار اعتنا نکردی، دست بر می دارد. ولی اگر به او توجه کردی، باز به سراغ شما می آید.

یکی از علما مثال خوبی زده است. می گویـد: یک عالم برجسـته ای بود که می توانست با جن و شـیاطین ارتباط برقرار کنـد. ممکن است کسی به یک فن و هنری راه پیدا کند و با فرشته ها یا با جن و شیاطین ارتباط داشته باشد.

این آقـا آدم فوق العاده ای بود، یک موقع که شـیطان سـراغش می آیـد، وارد یک موضوع فقهی می شونـد. دو سه ساعتی در آن موضوع بحث می کنند تا بلاخره آن آقا در بحث بر شیطان غلبه می کند.

بعد از دو سه ساعت به شـیطان می گوید: من محکوم شدم یا شـما؟ شـیطان می گوید: شـما محکوم شدید. هرچند در بحث و استدلال شما پیروز شدید، ولی من سه ساعت از بهترین سرمایه عمرتان را به خودم مشغول کردم!

شیطان می آید وقت و عمر و فکر و عمل ما را مشغول می کند. عمر ما بهترین سرمایه ماست که از ما می گیرد.

یکی از کسـانی که به وسـواس مبتلاـ بود می گفت: من در وسواس کـارم به جـایی رسـید که صـبح به حمـام می رفتم، و اذان مغرب بیرون می آمـدم. الآن خیلی بهتر شـده ام. می گفت: از قول من به مخاطبین وسواسـی بگوییـد: حتی برای یک دقیقه هم وقت صرف وسوسه های شیطان نکنند.

سرسختی در برابر دشواری ها

در اول کار ممکن است این بی اعتنائی کار سـختی باشد، ولی وقتی شروع کردی و آن طلسم را شکستی، کم کم کار آسان و عادی می شود. در بسیاری از

موارد، می بینیم که یک کار، از دور، ترسناک به نظر می رسد، ولی در صورت درگیر شدن با آن، ترس از بین خواهد رفت. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید:

إذا خفت صعوبه أمر فاصعب له یذل لک وخادع الزمان عن إحداثه تهن علیک؛(۱) هرگاه از سختی و دشواری کاری ترسیدی، در برابر آن، سرسختی نشان بده، که رامت میشود و در برابر حوادث روزگار، چاره اندیشی کن، که بر تو آسان می شوند.

شک زیاد

ما دو نوع شکاک و وسواس داریم. کسی که در سال دو بار شک میکند، این اصلا وسواس و شکاک نیست. یک امر طبیعی است. ولی کسی که هر روز و هر هفته شک می کند، در طهارت و نجاست و غسل و وضو و هر چیزی شک می کند، شکاک است.

بر اساس روایات کسی که در چیزی سه بار شک کرد، کثیر الشک است. مگر این که این سه بار در طول چند ماه باشد. کسانی که کثیر الشک هستند، باید این طلسم را بشکنند و به شکشان اعتنا نکنند.

تکرار را حرام بدانند. گناه کبیره بدانند؛ چون مبتلا به چندین گناه می شوند. اولا اعصاب خود و اطرافیانشان را خرد می کنند. ثانیا عمر و سرمایه ها را هدر می دهند.

کسی که زیاد شک می کند اعتنا نکند، بگوید: اصلا میخواهم قرائت من باطل باشد. می خواهم به دهان شیطان بزنم. امام محمد باقر علیه السلام فرمودند:

۱- غرر الحکم، ح ۴۱۰۸.

إذا كثر علیک السهو فامض فی صلاتک فإنه یوشک أن یدعک إنما هو من الشیطان؛(۱) اگر همواره در نمازهایت شک میکنی، به شک خود اعتنا مکن و به نمازت ادامه بده؛ زیرا شک از وسوسه شیطان است، و اگر بی اعتنا بگذری تو را ترک خواهد کرد.

فرمود: اگر این کار را بکنی امید هست که شیطان تو را رها کند.

رها کردن باطل

در روایات آمده است با باطل درگیر نشوید. اگر یک زباله آلوده ای را دیدید زود از کنارش رد شوید. اگر آنجا بایستیم و آنها را به هم بزنیم، بوی عفونتش زیادتر می شود. باید از کنار شیطان و وسوسه هایش سریع عبور کنیم. با آن درگیر نشویم. زد و خورد نکنیم. باطل را رها کنیم.

اگر کسی حرف بیخودی زد، یا در گوشه ای کار خلافی کرد، آن را در فضای مجازی پخش نکنیم. در این صورت فتنه تمام می شود. ولی اگر باطل را پخش و تصاویر ناجور را منتشر کنیم، به گناه دامن زده ایم. کسانی که آن را پخش می کنند، گناهشان از کسی که این عکس را گرفته است به مراتب بالاتر است. اشاعه کار خلاف و فحشا خیلی بد است.

اشاعه باطل

اگر بنده حرف خلافی زدم، اگر همین جا دفن شود، تمام می شود. ولی اگر دفن نکردیم و پخش کردیم، همه را درگیر این کار می کنیم. بعضی آبروها که ریخته شود، جمع نمی شود. اگر در باره خودمان بود، حاضر نبودیم پخش

۱- الکافی، ج ۳، ص ۳۵۹.

شود، ولی اگر برای دیگران باشد آن را اشاعه می دهیم.

«غفار» به معنای پوشاننده است؛ پوشاننده گناهان. چرا به کافر، کافر می گویند؟ چون حق را می پوشاند.

خدا که تکفیر می کند، یعنی می پوشاند. «یا من أظهر الجمیل و ستر القبیح؛(۱) ای خدایی که زیبایی را ظاهر می کنی و گناه را می پوشانی!»

بیاییم هم در مسائل شخصی مان، هم در مسائل خانوادگی و اجتماعی مان، باطل را پخش نکنیم، با آن درگیر نشویم که کار خوبی نیست. خداوند «ستار العیوب» است. امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:

لو تکاشفتم ما تدافنتم؛(۲) اگر از درون همدیگر آگاه میشدید،یکدیگر را دفن نمی کردید.

اگر پرده ها کنار برود، کسی، کسی را دفع نمی کند، ولی خدا می پوشاند.

اگر چیزی هنوز در دادگاه ثابت نشده است و صرف اتهام است، نباید منتشر شود. آبروی افراد از مال و جان آنها بالاتر است. ما با آبرو زندگی می کنیم. آبرو اعتبار ماست.

محو باطل

باطل را رها کنید تا محو شود. اگر از کسی ذکر و یادی نکنیم، خود به خود محو می شود و از بین می رود. اگر به فکر و خیال و توهم و وسوسه های شیطان اعتنا نکنیم، راحت درمان می شویم. اگر با آن درگیر شویم، وقت و عمر و فکر ما هدر می رود.

۱- الکافی، ج ۴، ص ۵۴۶.
۲- عیون أخبار الرضا علیه السلام، ج ۲، ص۵۳.

بیشترین چیزی که در در نماز می گوییم تکبیر است. شروع نماز با تکبیر است. اذان و اقامه با تکبیر است. رکوع و سجده با تکبیر است. نقاط وصل ما همه با تکبیر است. سلام نماز هم با تکبیر است. تکبیر یعنی این که خدا بزرگ است و غیر خدا کوچک است. توجه به خدا شیطان و فکر و خیال را کنار می زند. فقط خدا!

۲.اصلاح بینش

اشاره

می گویند: یک نفر به یک محلی رفت. دید از کدخدا گرفته، تا رعیت و زن و مرد، همه دارند تنشان را می خارانند. گفت: چرا بدنتان را می خارانید؟ گفتند: بدنمان خارش دارد و باید بخارانیم.

پرسیدند: مگر تن تو نمیخارد؟ گفت: نه، من خارش ندارم! گفتند: پس معلوم می شود این مریض است. او را به زور واداشتند که تو هم باید بخارانی.

آدم وسواسی هم از غسل دو دقیقه ای تعجب می کند و می گوید: تو مشکل داری. کسی که سرگیجه دارد، می گوید: خانه دور سرم می چرخد. در حالی که خانه سر جای خود است، شما باید سرت را اصلاح کنی و فکر و توهم را بشکنی. کسی که چشمش نابینا شده می گوید: چرا آسمان و زمین تاریک است؟ چشم تو نمی بیند.

باید بینش و توجه و فکر و توهم خودت را اصلاح کنی. باید این نشد را شد کنی. بگویی من از این به بعد حرف امام و پیغمبر را گوش می دهم. چهل سال حرف شیطان را گوش دادی، یک روز هم حرف خدا و پیامبر را گوش بده.

مرحوم آیت الله سید محمد کاظم یزدی در کتاب «عروه الوثقی»

می نویسد: آنهایی که وسواسی هستند، حتی علم و یقینشان هم اعتبار ندارد؛ چون علم و یقین او عادی نیست، توهم است. به علمش هم اعتباری نیست، چه برسد به شک او.

زندگی با شک و وسواس

کسی که با شک و وسوسه زندگی می کند، بر او خیلی سخت می گذرد. خداوند در سوره مبارکه توبه می فرماید:

وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِی رَیْبِهِمْ یَتَرَدَّدُونَ؛(۱)و دل هایشان به شک افتاده و در شک خود سرگردانند.

من هرجا میروم برای شفای همه وسواسیها دعا می کنم. بعضی هستند که دل شکاکی دارند. شک می کند که آیا در را بستم یا نه؟ پول دادم یا نه؟ در همه جای دنیا هم آدم وسواسی هست. بعضی هستند اصلا نمی خواهند با آرامش و باور و یقین زندگی کنند.

خدا می فرماید: به خودت آرامش بده و با باور و یقین و ایمان زندگی کن. بعضی ها دلشان درهم است. «فَهُمْ فِی رَیْبِهِمْ یَتَرَدَّدُونَ». در هر چیزی شک می کند. شد، نشد، چطور می شود؟ این طلسم را بشکن و بیرون بیا. پشت یک ماشین نوشته بود: شد، شد. نشد، نشد! چرا فکرم را درگیر کنم، چرا خودم را درگیر کنم؟

رهایی از بیم ها

امیر المؤمنین علیه السلام در جمله زیبایی می فرمایند:

۱- سوره توبه، آیه ۴۵.

إذا هبت أمراً فقع فيه فإن شده توقیه أعظم مما تخاف منه؛(۱) هرگاه از کاری ترسیدی، خود را به کام آن بینداز؛ زیرا ترس شدید از آن کار، دشواتر و زیان بارتر از اقدام به آن است.

اولین اقدام در فراگیری شنا برای کسانی که شنا کردن بلد نیستند و قصد یادگیری آن را دارند، این است که ترس از آب را از خود دور کنند. بهترین راهکار نیز این است که خود را در آب بیندازند. تا وقتی که ترس از آب، در وجود فرد باشد و به خاطر این ترس، خود را به آب نزند، شنا کردن را یاد نخواهد گرفت.

مرحوم آیت الله بهاءالدینی می فرمودند: در قدیم استخر نبود. حوضچه های عمیقی بود که آب در آن جمع می شد و ما به آنجا می رفتیم. ماشنا بلد نبودیم. بنده خدایی آمد و گفت: بیا اینجا تا به شما شنا یاد بدهم. ما را گرفت و در آب انداخت و خودش رفت! ما دست و پا زدیم و همانجا یاد گرفتیم.

نگرانی های بیجا

یک زمان روانشناسی که روحانی است می گفت: یک خانمی زنگ زد و گفت: ناراحتی اعصاب گرفتم و می ترسم پسرم بمیرد، یا تصادف کند. با این فکر و خیال شب و روزش به هم ریخته بود.

به او گفتم: اصلا بگو پسر من از دست رفت. تمام شد و رفت! بزرگی مثال زد اگر ما در یک اتاقی می خواهیم بخوابیم، توهم و خیالی بیاید که زیر تخت یا گوشه ای از خانه موش است، دیگر آرامش نداریم. این توهم و فکر

۱- نهج البلاغه، حکمت ۱۷۵.

و خیالی که موش هست، زندگی ما را مختل می کند.

وسواس همین است. یعنی فکر می کند یک موشی در زندگی اش می دود و تمام فکر و اعصابش درگیر است. فکر موش را از خودت دور کن. یا موش را بردار دست بگیر. بگذار تمام شود. یک بار برای همیشه خودت را خلاص کن.

حضرت علی می فرماید: اگر از چیزی ترسیدی، خودت را در آن بیانداز. تو پنجاه سال از آب می ترسی و هول می کنی و عقب عقب می روی. یک لحظه در آب می افتی و تمام می شود.

آقایان و خانم های وسواسی بگویند: اصلا میخواهم بدنم نجس باشد. من مثل بقیه انجام می دهم. دو دقیقه غسل می کنم و تکرار نمی کنم. اصلا درمان کثیر الشک بی اعتنا بودن به شک است.

چارچوب های خیالی

ملا نصر الدین شیشه خانه اش شکسته بود. متر نداشت، دو دستش را باز کرد و با آن اندازه گرفت تا برود شیشه سفارش بدهد. در راه دستش را به همان اندازه باز کرده بود و می گفت: بروید کنار. مواظب باشید این اندازه به هم نخورد. همین طور که می رفت در یک چاله افتاد. طناب انداختند تا او را بالا بکشند. گفت نه، اندازه به هم می خورد؟

آدم وسواسی هم همین طور است. اگر غیر از این کند، اندازه به هم می خورد. مدام می گوید: دلم می گوید: پاک نشد. دلم می گوید: نمازم درست نیست.

بیایید خودتان را راحت کنید. کسی که شیطان را از خودش دور کند،

راحت می شود. وسواسی مثل کسی است که سی کیلو بار اضافه روی دوشش دارد. بارت را زمین بگذار تا راحت شوی. به شیطان بگو: می خواهم نجس باشم. می خواهم وضو و غسل باطل بگیرم. می خواهم ادای نماز خواندن را در بیاورم. من قول می دهم دو سه بار این کار را با شیطان بکنید، این طلسم شکسته می شود. از این توهم بیرون بیایید.

۳.مراجعه به روانپزشک

بعضی از گره های کور روحی و بیماریهای مزمن روانی، نیاز به سرپنجه با تدبیر روانشناسی ماهر و متعهد و یا روانپزشکی کارآزموده و متدین دارد. با مشورت با آگاهان، می توان این گونه روانشناسان و روان پزشکان را شناخت و برگزید.

توصیه می کنیم وسواسی های شدید که زندگی شان بحرانی است، به روانپزشک متدین مراجعه کنند. آنهایی که وسواس حاد هستند، حتی ممکن است بستری شوند و دارو مصرف کنند. اطبای سنتی کار کشته هم وارد هستند، غذاها و داروهای گیاهی که برای تخفیف وسواس مؤثر است را معرفی می کنند. این هم بسیار کمک کننده است.

گاهی آنها را در بیمارستان بستری می کنند. یکی از کارهایی که در بیمارستان روانپزشکی برای این گونه افراد می کنند، این است که ادرار او را می گیرند و روی سر و صورت فرد می ریزند.

این برای آن است که به او بفهمانند نجاست ترس ندارد. چرا از نجاست می ترسی؟ چیز وحشتناکی نیست. داخل بدن بود و بیرون آمد! خون در بدن

ص: ۱۵۲

ماست. اگر خون در بدن نباشد می میری!

افراد وسواسی یک هولی دارند. می گویند: همه زندگی ام نجس میشود. فرشم نجس است. بگو: هرچه می خواهد بشود. خودت را در آن بیانداز. در وسواس باید بی اعتنا باشی.

۴.پرهیز از تکرار

اشاره

امام باقر علیه السلام در باره کسی که زیاد شک می کند فرمودند:

لا تعودوا الخبیث من انفسکم بنقض الصلاه فتطمعوه فإن الشیطان خبیث یعتاد لما عود فلیمض أحدکم فی الوهم ولا یکثرن نقض الصلا فإنه إذا فعل ذلک مرات لم یعد إلیه الشک؛ با شکستن نماز، شیطان خبیث را عادت ندهید که هر ساعت و هر لحظه شما را وسوسه کند که هر چه بیشتر طمع خواهد کرد. شیطان خبیث خیلی خوش عادت است. هرکس که شکاک شد، با تقویت یکی از احتمالات، نمازش را تمام کند و با هر شکی نمازش را نشکند. اگر چند نوبت به شک خود بی اعتنا شود، دیگر شک نخواهد کرد.

سپس فرمودند:

إنما یرید الخبیث أن یطاع فإذا عصی لم یعد إلی أحدکم؛(۱) شیطان خبیث میخواهد مطاع و فرمانروا باشد، و اگر نافرمانی شود، باز نمی گردد.

خودتان را عادت ندهید به این که وقتی شیطان می گوید: نماز شما اشکال

۱- الکافی، ج ۳، ص ۳۵۸.

دارد، قرائت شما اشکال دارد، پس نشد، دوباره از اول بخوانم. آدم وسواس نماز و غسل و وضویش را تکرار نکند.

وسواس فقط در امور عبادی نیست. هرجا شیطان با این حربه به سراغش آمد، این گونه به او بی اعتنائی کند.

بعضی در پاکیزگی هم وسواس دارند. مثلاـ فرش پاک شده است، دوباره آب می کشند. که در عمل وسواس نباید تکرار باشد؛ چون تکرار شیطان را به طمع می اندازد و سوار شما شود. و اگر شیطان سوار شما شد، شما را تا جهنم می برد. شیطان خیلی خبیث است. اگر شما را به عادت بد انداخت، بیچاره می کند. باید شیطان را با بی اعتنائی از خود دور کرد.

در پوسته وسواس

باید این طلسم را شکست. مرحوم آقای دولابی می فرمودند: خدای بزرگ با قدرتش زرده و سفیده تخم مرغ را به جوجه تبدیل می کند. وقتی این جوجه کامل شد، این پوست تخم را مرغ از بیرون و جوجه از درون نوک می زند تا بشکند و ترک بردارد. اگر ترک برندارد از بین می رود و می میرد.

وسواسی در این پوسته تخم گیر کرده است. باید آن را نوک بزنند تا بشکند، دیگران هم باید از بیرون به او کمک کنند تا از این تخم بیرون بیاید و راحت شود.

وسواس از سرطان هم بدتر است. به همه اطرافیان ضرر می زند، زندگی همه را تباه می کند. هر طور شده به خودمان بقبولانیم و تکرار نکنیم. تکرار برای آدم وسواسی بدترین سم و بدترین گناه است. همین طور که قمار و شراب و دزدی را حرام می دانیم، وسواس را هم حرام بدانیم.

ص: ۱۵۴

۵.جریمه کردن

اشاره

آدم هایی که به وسواس می افتند و کارهایشان را تکرار می کنند، خودشان را جریمه کنند. ببینند عامل بازدارندگی شان چیست؟ بگویند: اگر این کار را تکرار کردم، خودم را جریمه می کنم. آب ریختن راحت است، ولی پول که میدهد جگرش می سوزد. یا بگوید: اگر تکرار کردم سه روز روزه می گیرم، یا ده جزء قرآن می خوانم. جریمه عامل بازدارندگی قوی است.

الآن در کشورهای اروپایی جریمه نبستن کمربند مبلغ سنگینی است. همین همه را ملزم می کند تا کمربند ببندند. وسواسی ها را نباید توبیخ و ملامت کرد. باید فضا آرام باشد تا کمک های فکری و عملی نتیجه بدهد.

نذر شرعی

البته جریمه کردن به گونه ای نذر شرعی است و کراهت دارد که انسان تکلیف اضافی به خودش بار کند، ولی گاهی برای این که انسان خودش را مجبور کند و تحت فشار قرار دهد تا دست از کاری بردارد، چاره ای جز نذر

کردن نیست.

خداوند برخی از چیزها را واجب کرده است و برخی را حرام. آیا کار خوبی است که من با نذر و قسم یک تکلیفی را بر خودم واجب و تحمیل کنم؟ این کراهت دارد. البته نذر در چنین مواردی اشکالی ندارد؛ چون خودش یک راه حل است. با نذر و عهد و قسم شرعی انسان با خدای خودش تعهد می کند کاری را انجام دهد یا عملی را ترک کند.

در نذر شرعی می گوییم: «لله علی» یعنی برای خدا بر عهده من است که

مثلاـ اگر مریض من خوب شـد، گوسـفندی بکشم. اگر همین معنـا را به فارسـی هم بگوییم صـحیح است و این نـذر شـرعی و واجب الوفاست و تخلف از آن حرام و گناه است و کفاره دارد.

البته اگر انسان بـدون خواندن صـیغه نذر، در دلش با خدا تعهد کند، وفای به آن واجب نیست، ولی بهتر است انجام دهد. این یـک تعهـد اخلاـقی است و خوب است؛ چون تکلیفی را به صورت واجب به گردن خودش نگـذارده است که اگر یک موقع نتوانست یا پیشامدی شد و انجام نشد، مرتکب گناه نشود.

تعهـد اخلاقی خوب است. پیش خود متعهد می شوم که اگر نماز صـبح من قضا شد، مثلا هزار تومان به فقیر بدهم. اگر صـیغه شرعی بخواند و این اتفاق افتاد پرداخت واجب می شود. اما اگر صیغه شرعی نخواند واجب نیست.

آدم وسواسـی برای اصـلاح خودش یک تعهد اخلاقی بدهد که مثلا اگر غسلم را زیاد طول دادم، یا در وضو وسواس به خرج دادم، فلان مبلغ صدقه بدهم، یا یک روز روزه بگیرم.

اکراه در عبادت

امام صادق علیه السلام فرمودند:

لا تکرهوا إلی أنفسم العباده؛(۱) عبادت را به نفس های خود تحمیل نکنید.

یعنی کـاری نکنیـد که از عبـادت، از وضو و غسـل و زیـارت زده شویـد. کسانی که گرفتار وسواس هسـتند، در نماز و وضو و غسل و طهارت

۱- الکافی، ج ۲، ص ۸۶، ح ۲.

اضطراب دارند و غصه دار می شوند. نباید این طور باشد. وقتی من می توانم با یک لیوان آب وضو بگیرم، شاداب می شوم. حتی مستحب است بدون این که وضو باطل شود، برای نماز تجدید وضو کنم.

انسان مواظب باشد کاری نکند که از وضو و غسل و عبادت زده شود. کسی می گفت: من در نمازم زیاد شک می کنم. اصلا از نماز زده شده ام و نماز را کنار گذاشتم. ترک نماز گناه بزرگی است. تکلیفمان را سنگین نکنیم. افراد وسواسی تکلیف خودشان را سنگین می کنند.

۶.بیان صحیح احکام

بعضی از مسأله گوها مسائل را سخت می گیرند. اساس دین ما اعتقادات است. بعد از اصول دین اخلاق مهم است که فقه اکبر است. بعد از اخلاق، احکام مهم است. احکام نازل ترین مرحله دین ماست. در میان احکام نازل ترین آنها، احکام طهارت و نجاست است.

چرا در دروغ و غیبت و اختلاس و رشوه و ظلم و گناهان کبیره وسواس نداریم؟! چرا در مال مردم احتیاط نمی کنیم؟ چرا در قضاوت در باره دیگران احتیاط نمی کنیم؟!

جایی را که اسلام سخت گرفته است، ما حلال کرده ایم. و آنجا را که آسان گرفته است، سخت کرده ایم. کسی که زندگی پیغمبر را نگاه کند و ببیند که چقدر آسان می گرفتند، برایش راحت می شود. همه چیز برای شما پاک است، مگر جایی که قسم بخورید نجس است.

البته باید مراقب باشیم از این طرف هم نیافتیم. بعضی هستند اصلا مقید به

شرع و دین نیستند. لاـ ابالی محض هستند. بی مبالاتی نسبت به احکام و طهارت هم خوب نیست. برخی طهارت و نجاست برایشان هیچ مهم نیست. این هم غلط است. اگر یقین کردیم بدن یا لباسمان نجس است، باید برای نماز آن را تطهیر کنیم.

۷.پرهیز از آدمهای وسواسی

یکی از راه هایی که برای رهایی از وسواس خیلی کمک می کند، این است که ارتباطشان را با آدم های وسواسی قطع کنند. ارتباط با آدم وسواسی آنها را تحریک می کند. چند زغال که کنار هم باشند به آتش گرفتن همدیگر کمک می کنند.

اگر با آدم هایی که آسان می گیرند رفت و آمد کنند برای این ها بهتر است. با آدم های وسواسی که واجب نیست ارتباط داشته باشید، قطع رابطه کنید؛ چون واقعا این وسواس سرایت می کند.

۸.تشویق و امید دادن

وسواسی ها و اطرافیانشان باید بدانند که خدا آنها را دوست دارد و کمکشان می کند. بنده که هیچ هیچ هستم، چندین بار این عزیزان را در مشاهد مشرفه دعا کرده ام. حالا ببینید خدا و پیغمبر و امامان چقدر شما را دوست دارند. امید داشته باشید. خدا ما را دوست دارد و از این بحران ها بیرون می آورد. البته خودمان هم باید اراده و تصمیم جدی بر این کار داشته باشیم.

اطرافیان به اینها امید بدهند، تشویق کنند. تشویق خیلی مؤثر است. اگر یک خانم یا آقایی را دیدید که زود از حمام بیرون آمد، زود غسل کرد و

ص: ۱۵۸

وضو گرفت، او را تشویق کنید. این تشویق خیلی اثر دارد. از آن طرف هم جریمه کردن خیلی تأثیر دارد.

۹.ایجاد فضایی آرام

انسـان وسواسـی احتیـاج بـه آرامش دارد. اگر آرامش او به هم بخـورد، وسواسـش شدیـدتر می شـود. سـرکوب کردن و آزار رسانـدن، حرف بـد زدن، و سـرزنش کردن، نه تنها دردی را درمان نمی کند، بلکه باعث از دست رفتن آرامش و تشدید حال او می شود. این افراد اگر به آرامش برسند، بهتر می توانند با وسواس خود مبارزه کنند.

از حرف های منفی دوری کنیم. ناامیـدی خوب نیست و با بودن خـدا ناامیدی معنا ندارد. کسانی بودند که چهل سال وسواس داشتند. در همان جلسه اول گفت و گو از قطار وسواس پیاده شدند.

۱۰.ذکر اهل بیت علیهم السلام

یکی از راههای درمان وسواس، ذکر و یاد اهل بیت علیهم السلام است. با توسل به آن ذوات مقدس و اقامه مجالس برای آنان و صـدقه دادن و هـدیه کردن تلاوت قرآن و ذکر صـلوات برای آنـان و زیارتشـان، از آنـان برای رفع وسواس کمک بگیریم. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند:

ذکرنـا أهل البیت شـفاء من العلل والأسـقام و وسواس الریب؛(۱) یـاد ما اهل بیت، شـفابخش بیماریها و ناخوشـی ها و درمانگر وسوسه شک است.

۱- الخصال، ص ۶۲۵، ح ۱۰؛ بحار الأنوار، ج ۱۰، ص ۱۰۴، ح ۱.

یاد محمد و آل محمد در گرفتاری ها و سختی ها یکی از قوی ترین مددهای الهی است که حیله ها و وسوسه های شیطان را از کار می اندازد. و رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم چه زیبا فرمودند:

ألا فاذكروا يا امه محمد محمداً و آله عند نوائبكم و شدائدكم ،لينصر الله به ملائكتكم على الشياطين الذين يصدونكم؛ فإن كل واحد منكم معه ملک عن يمينه يكتب حسناته، و ملک عن يساره يكتب سيئاته، و معه شيطانان من عند إبليس يغويانه، فإذا وسوسا فی قلبه، ذکر الله و قال: «لا حول و لا قوه إلا بالله العلی العظیم، و صلی الله علی محمد و آله الطیبین» خنس الشیطانان، ثم صارا إلی إبلیس فشکواه و قالا ـ له: قد أعیانا أمره، فأمددنا بالمرده؛ فلا یزال یمدهما، حتی یمدهما بألف مارد فیأتونه، فکلما راموهٔ ذکر الله و صلی علی محمد و آله الطیبین، لم یجدوا علیه طریقا و لا منفذا؛(۱) هان! ای امت محمد، در هنگام رنجها و سختی هایتان، محمد و خاندان او را یاد کنید تا خداوند، به واسطه او، فرشتگانتان را بر شیاطینی که شما را باز می دارند، یاری بخشد؛ زیرا هر یک از شما، فرشته ای در سمت راستش دارد که کارهای نیک او را می نویسد، و فرشته ای در سمت چپش که کارهای بدش را مینویسد. نیز با او دو شیطان از جانب ابلیس، همراه است که در گمراه کردنش می کوشند. پس هرگاه آن دو، در دلش وسوسه کردند و او بگوید: «لا حول و لا قوه إلا بالله العلی

ص: ۱۶۰

۱- التفسير المنسوب إلى الإمام العسكرى عليه السلام، ص ۳۹۶، ح ۲۷۰؛ بحار الأنوار، ج ۶۳، ص ۲۷۱، ح ۱۵۸.

العظیم، وصلی الله علی محمد و آله الطیبین؛ هیچ نیرو و توانی نیست، مگر به یاری خدای والا و بزرگ و درود خدا بر محمد و خانـدان پاکش باد!»، آن دو شـیطان، دور می شوند و نزد ابلیس می روند و به او شـکایت می کنند و به او گویند: ما از پس او بر نمی آییـم. [شـیطانهای] عصـیانگر را به یـاری مـا بفرست! و ابلیس، پیوسـته، نیروی کمکی می فرسـتد تـا شـمارشان به هزار شیطان برسـد و همگی نزد آن کس بیاینـد. و هر بار که آهنگ او کننـد، او خدای را یاد می کند و بر محمد و خاندان پاکش، درود می فرستد. پس هیچ راه و روزنه ای به سوی او نمی یابند.

در ناهنجاری ها و سختی ها و مشکلات اهل بیت علیهم السلام را زیاد یاد کنید. وقتی پیغمبر و آل پیغمبر را یاد می کنید، خدا ملائکه را به کمک می فرستد تا بر شیاطین غالب شوند. خدا به وسیله ملائکه شما را نصرت می کند.

ملا عبدالله کلام خیلی زیبایی دارد. می گوید: اگر کسی غرق یاد خدا و اهل بیت علیهم السلام شود، این قدر قوی است که نه تنها شـیطان کاری نمی تواند بکند، شیطان که نزدیکش می آید مصروع می شود. یعنی برق او شیطان را محکم زمین می زند. شیاطین جمع می شونـد می گوینـد: چه شده است؟ می گوید: نور این آدم مرا زمین زده است. از این رو شـیطان از او فرار می کند. با نور خدا جلوی وسواس و ظلمتها را بگیریم.

۱۱.اطاعت و یاد خدا

یکی دیگر از راههای مبارزه با شیطان و وسوسه های او اطاعت و یاد

ص: ۱۶۱

خداست. پیغمبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

فإن أردتم أن تدیموا علی إبلیس سخنه عینه و ألم جراحاته فداوموا علی طاعه الله و ذکره و الصلاه علی محمد و آله و إن زلتم عن ذلک کنتم أسراء فیرکب أقفیتکم بعض مردته؛(۱) اگر میخواهید پیوسته چشم ابلیس را گریان دارید و زخمهای او را دردناک سازید، پیوسته بر طاعت خدا و یاد او و صلوات بر محمد و خاندانش باشید. و اگر از آن دست بکشید اسیر گردید و برخی دیوان پلید بر پشت شما سوار شوند.

مداومت بر طاعت و یاد خدا شیطان را ناراحت می کند. اگر طاعت خدا و یاد خدا و پیغمبر را رها کنید، اسیر شیطان می شوید.

هر که گریزد ز خراجات شاه

باج ده غول بیابان شود

شیطان منتظر است که شما یاد خدا و پیغمبر را رها کنید و از زیر این چتر بیرون بیایید. اگر از ذکر خدا و پیغمبر سر باز زدید، شیطان شما را اسیر می کند و سوار بر شما می شود.

۱۳.دوستان خوب

مجالست با افراد معتدل و قوی و مؤمن و افراد خوب نور ایجاد می کند. مرحوم آقای دولابی می فرمودند: کسی که مدت ها خدا و پیغمبر را یاد می کند، مزد او این است که خدا یک دوست خوب سر راهش می گذارد و آن کلید راه حل رسیدن به همه خوبی های دیگر است.

۱- التفسیر المنسوب إلی الإمام الحسن العسکری علیه السلام، ص ۳۹۷؛ بحار الأنوار، ج ۶۰، ص ۲۷۲.

۱۳.کمک در انجام عمل

یکی از راه حل هـایی که به رهایی از وسواس کمک می کنـد و تجربه شـده است، این است که آدم های وسواسـی یک نفر مثل خواهر و برادر کنارشان باشـد. بگویـد: من نگاه می کنم وضویت را این طور بگیر. این طورغسل کن. اگر یک بار شـستی کافی است. و کاری هایی که در آن وسواس دارد را زیر نظر یک نفر انجام دهـد و با تأییـد او از تکرار و شک و تردید نجات پیدا کند. برای مدتی حرکت او را بیند و تأیید کند تا خیالش راحت شود.

۱۴.استغفار فراوان

یکی از چیزهایی که برای وسواس سـفارش شده است اسـتغفار زیاد است. کسـی که زیاد استغفار می کند، خدا برای او در هر هم و غم و گرفتاری راه خروج می گـذارد و رزق و روزی او را از جایی که گمان ندارد، برایش می رساند. رسول خدا صـلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

من أکثر الاسـتغفار جعل الله له من کل هم فرجا، ومن کل ضـیق مخرجا، ویرزقه من حیث لا یحتسب؛(۱)هرکس بسیار آمرزش بخواهد، خداوند برای او از هر غصه ای، گشایشی قرار میدهد و از هر تنگنایی، راه برون رفتی. نیز او را از آنجا که گمان نمی کند، روزی میدهد.

۱۵.خود را در محضر خدا دیدن

خدای مهربان می فرماید:

۱- عد الداعی، ص۲۴۹؛ بحارالأنوار، ج ۷۷، ص ۱۷۲، ح ۸.

قُلْ إِنْ تُخْفُوا مَا فِی صُدُورِکُمْ أَوْ تُبْدُوهُ یَعْلَمْهُ اللَّهُ وَیَعْلَمُ مَا فِی السَّمَاوَاتِ وَمَا فِی الْأَرْضِ وَاللَّهُ عَلَی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیرٌ؛(۱) بگو: «اگر آنچه در سینه های شماست نهان دارید یا آشکارش کنید، خدا آن را میداند، و [نیز] آنچه را در آسمانها و آنچه را در زمین است میداند، و خداوند بر هر چیزی تواناست.»

اگر این مسأله جا بیافتد که خدای مهربان به همه کارهای ما اشراف دارد، بسیاری از ناهنجاری های ما اصلاح می شود. انسانهای عادی فقط ظاهر ما را می بینند، ولی خدای بزرگ بر درون و اسرار و ظاهر و باطن ما اشراف و احاطه دارد.

اگر انسان متوجه باشد که هر کاری می کند خدا میداند و خبر دارد، و کارهایش نزد خدا شفاف است و ظاهر و باطن ندارد، حواسش را جمع می کند.

ما گاهی در محضر بزرگی مواظب هستیم که فکر بد هم سراغمان نیاید. خدای بزرگ می گوید: من از همه افکار درون و برون شما خبر دارم. اگر ما خودمان را در محضر خدا ببینیم، بهترین راه درمان همه فکرهای بد و علاج وسواس است.

خدا به آنچه در آسمان و زمین است داناست و بر هر چیزی هم قدرت دارد. خدا قدرت دارد همه بیماران را هم خوب کند.

۱- سوره آل عمران، آیه ۲۹.

فصل پنجم: وسواس فکری

اشاره

ص: ۱۶۵

هجوم شیطان

همه به نوعی به وسواس فکری مبتلاـ هستیم و یـک تکرار ناخوشاینـدی در اعمـال و رفتـار مـا هست که گاهی این تکرار بر ما مسلط می شود و ما را اذیت می کند و با این وجود نمی توانیم آن را از خودمان دور کنیم.

در وسواس هـای عملی ممکن است افرادی زیر بار شـیطان و افکار و خیالات بـد نرونـد. هر وقت شـیطان در عمل زورش به ما نرسید، در فکر و وهم و خیال تصرف می کند و آنجا وسوسه می کند. این در بعضی افراد بیشتر و در بعضی افراد کمتر است.

کلاـ هر فکر شیطانی، و هر فکر و خیال بـدی که به آدم هجوم می آورد، وسواس فکری است. چه خوب است انسان با شـک زندگی نکند.

وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِی رَیْبِهِمْ یَتَرَدَّدُونَ؛(۱) و دل هایشان به شک افتاده و در شک خود سرگردانند.

افکـار و خیالاـت و اوهـام می آینـد و می رونـد. ایـن که آدم فکر و خیـالش بـا یـک موضـوع درگیر است، خیلی آدم را رنج میدهـد. چه خوب است که آدم با باور و یقین و آرامش زنـدگی کند. وسواس فکری دایره اش وسـیع تر است و ممکن اسـت افراد زیادی به آن مبتلا باشند.

۱- سوره توبه، آیه ۴۵.

میهمان ناخوانده

گاهی وسواس فکری مهمان ناخوانده است. یعنی در مقام عمل ممکن است انسان بر خودش مسلط باشد و این کار را نکند، ولی ناخوانده آن فکر و خیال می آید و دست ما نیست. ما چه کار کنیم تا این فکر نیاید و از بین برود؟ این امتحان الهی است. خدا به شیطان قدرتی داده که در خیال و توهم ما یک موجی ایجاد کند.

فکر بد اختیاری نیست. یعنی در اتاق نیست که ببندیم و بگوییم: دیگر هیچ کس وارد نشود. فکر و خیال بد می آید. فکر بد ناخواسته گناه نیست. یکی از چیزهایی که بسیاری از وسواس های فکری را رنج و آزار و شکنجه می دهد، این است که فکر می کنند این افکار گناه است.

هر فکر بدی که شما بگویی، من بالاتر از آن را می گویم. در باره خدا فکرهای بد، در باره پیغمبر فکرهای بد، در باره حضرت زهرا، در باره امام زمان، درباره مؤمنین، درباره اطرافیان، فکری از آن بدتر بگویید که ممکن است بیاید یا شیطان القاء بکند.

وقتی ناخواسته بیاید، ما هیچ گناهی نداریم. یعنی خودمان را درگیر نکنیم که من گناهکار و خبیث هستم. ما به ذهن و فکرمان نمی توانیم قفل بزنیم. در مراحل ابتدایی و بین راه که هنوز فکر ما از کارهای خوب پر نشده، گناه ندارد. چیزی که در اختیار ما نیست، گناه هم نیست.

وسوسه فکری

پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم در حدیث رفع فرمودند: خدا نه چیز را برداشته است. یکی از

آن ها وسوسه فکری بود. «و التفکر فی الؤسوسه فی الخلوه ما لم ینطق بشفه؛(۱) و تفکر وسوسه آمیز در آفرینش، تا زمانی که به زبان آورده نشود.»

خدا برای وسوسه فکری گناه نمی نویسد. پس این دغدغه را از ذهنمان دور کنیم. برای ما گناه نیست. منتهی باید تدریجا آن وسوسه را از خودمان دور کنیم.

برای رهایی از وسوسه ها

محمد بن حمران می گوید: «سألت أباعبدالله علیه السلام عن الوسوسه و إن کثرت ؛از امام صادق علیه السلام در باره وسوسه فراوان سؤال کردم.» یعنی آیا این فکر و خیال بد گناه است؟ برای رهایی از آن چه کنم؟ حضرت فرمودند: «لا شیءَ فیها؛ چیزی در آن نیست.»

یعنی هیچ گناهی برای شما در آن نیست. خیالت راحت باشد که هیچ چیزی برای شما نمی نویسند. بعد فرمودند: وقتی فکر و خیال بد به ذهنت آمد بگو: «لا إله إلا الله».(۲) این ذکر هم برای وسواس عملی و هم برای وسواس فکری مناسب است.

جمیل بن دراج می گوید: به امام صادق علیه السلام عرض کردم: «إنه تقع فی قلبی أمر عظیم؛ امری بزرگ در دلم می افتد.» یعنی گاهی در دلم فکرهای خطرناک می افتد.

حضرت فرمودند: «لا ـ اله الا ـ الله» بگو. جمیل می گوید: «فکلما وقع فی قلبی شیء قلت: لا إله إلا الله، فیذهب عنی؛(۳) پس هرگاه در دلم چیزی

۱- الخصال، ص ۴۱۷، ح ۹؛ بحار الأنوار، ج ۵،ص ۳۰۳، ح ۱۴.
۲- الکافی، ج ۴، ص ۲۱۵.
۳- الکافی، ج ۲، ص ۴۲۴، ح ۲.

وسواس می افتاد، «لا اله الا الله» می گفتم و آن از من دور می شد.»

برخی افراد می گویند: فکرهای بدی در باره خدا و معصومان به دلمان افتاد و کافر شدیم. و دائم نگران اند. چون آدم های پاکی هم هستند، یک خدشه زود خودش را نشان می دهد. یک خال وقتی روی لباس سفید می افتد، خودش را نشان میدهد.

حضرت فرمودند: هرچه فکر بد به قلبت می آید، فقط «لا اله الا الله» بگو. نور که می آید ظلمت می رود.

ذکر «لا اله الا الله»

مرحوم آقای دولابی می فرمود: «لا اله الا الله» یعنی من نباشم و خدا باشد. شیطان نباشد و خدا باشد. «لا اله» غیر خدا را کنار می زند. «ألا» را هم محکم بگو. اگر این «لا اله» را قشنگ گفتی، بعد «الله» ظهور و تجلی پیدا می کند.«لا اله الا الله» یعنی جز خدا کسی نیست. شیطان غلطی نمی تواند بکند.

پیغمبر صلی الله علیه وآله وسلم معاذ را برای هدایت مردم به یمن که مسلمان شده بودند فرستادند. حضرت به او فرمودند:

یا معاذ إنک تقدم علی قوم أهل کتاب و إنهم سائلوک عن مفاتیح الجنه فأخبرهم أن مفاتیح الجنه لا إله إلا الله؛(۱) ای معاذ، تو بر قومی وارد میشوی که از تو می پرسند: کلیدهای در بهشت چیست؟ به آنان بگو: کلید ورود به بهشت «لا اله الا الله» است.

امام هشتم علیه السلام در نیشابور، در حدیث «سلسله الذهب» که حدود ۱۲۰ هزار

۱- بحار الأنوار، ج۲۱، ص ۴۰۷.

نفر آن را نوشتند، از قول خدای تعالی فرمودند:

کلمه لا إله إلا الله حصنی فمن قالها دخل حصنی و من دل حصنی أمن من عذابی؛(۱) کلمه «لا اله الا الله» دژ محکم من است. هرکس آن را بگوید وارد دژ من شده است. و هرکس وارد دژ من شود، از عذاب من در امان است.

چکیده سخن همه ادیان یک جمله است و آن «لا اله الا الله» است. پیامبر اسلام هم ابلاغ رسالت خویش را با این جمله شروع کردند: «قولوا لا إله إلا الله تفلحوا؛ لا اله الا الله بگویید تا رستگار شوید.»

پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند: این «لا اله الا الله» کلید ورود به بهشت است. اگر کسی با اعتقاد و درست و با توجه «لا اله الا الله» بگوید، یعنی جز خدا کسی نیست، همه چیز من دست خداست، و همه چیز را به خدا واگذار می کنم. این همه حجاب ها را می شکافد و موانع را برمی دارد تا طرف را به خدا برساند. حجابی بین او و خدا باقی نمی گذارد.

بزرگترین حجاب خود ما هستیم. بزرگترین حجاب شیطان است. شیطان درونی و بیرونی با «لا اله الا الله» شکسته می شود. این بت بزرگ را با «لا اله الا الله» بشکنیم.

تشکیک در باره خدا!

امام صادق علیه السلام فرمودند: مردی خدمت پیامبرصلی الله علیه وآله وسلم امد و گفت:«یا رسول الله، هلکتُ؛ ای پیامبر خدا! هلاک شدم.»

ص: ۱۷۱

۱- بحار الأنوار، ج ۴۹، ص ۱۲۷.

پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم به او فرمودند:

أتاک الخبیث فقال لک: من خلقک؟ فقلت: الله، فقال لک: الله من خلقه؛ آن خبیث (شیطان) به سراغ تو آمد و گفت: چه کسی تو را آفریده است؟ و تو گفتی: خدا. و او گفت: خدا را چه کسی آفریده است؟

آن مرد گفت: «إی والذی بعثک بالحق لکان کذا؛ آری، سوگند به آن که تو را به حق برانگیخت، مطلب همین گونه است [که می فرمایی].» پیامبر خدا صلی الله علیه وآله وسلم بیان فرمودند:

ذاک والله محض الإیمان؛ به خدا سوگند که این، ایمان محض است.

ابن ابی عمیر می گوید: من این حدیث را برای عبد الرحمان بن حجاج گفتم. او گفت: پدرم از امام صادق علیه السلام برایم حدیث کرد که فرمود:

إنما عنی بقوله: «هذا والله محض الإیمان» خوفه أن یکون قد هلک حیث عرض له ذلک فی قلبه؛(۱) مقصود پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم از این که فرمود: «به خدا سوگند که این، ایمان محض است»، همان ترس او از

این است که نکند با خطور آن افکار در ذهنش، به هلاکت افتاده باشد.

همین که در ذهن بگویی خدا را چه کسی خلق کرده است؟ خدا چه کسی است؟ در باره خدا تشکیک کرده ای. فرمود: نه تنها هلاک نشده ای، همین که فکر کردی می خواهی در باره خدا شک کنی، به خدا قسم این محض ایمان است. یعنی بزن دهان شیطان را خرد کن! این نه تنها گناهی نیست، همین که هول کردی خودش ایمان است. شما از یک خدشه ناراحت

۱- الکافی، ج ۲، ص ۴۲۵، ح ۳؛ بحار الأنوار، ج ۵۵، ص ۳۲۴.

می شوی و می خواهی خدشه را پاک کنی.

همین که شما از یک خدشه شیطان که در قلبت عارض شده ناراحت شدی، معلوم می شود آدم خوبی هستی و این محض ایمان است. یعنی اگر افکار شیطانی آمد و تو ناراحت نشدی، مشکل داری. ولی اگر ناراحت شدی و خواستی مبارزه کنی، ایمانت محکم است.

خطورات قلبی

مردی از وسوسه هایی که به ذهنش خطور می کرد، به امام جواد علیه السلام شکایت کرد. آن حضرت در پاسخ او نوشتند:

إن الله عز و جل إن شاء ثبتک فلا یجعل لإبلیس علیك طریقاً؛ اگر خداوند عز و جل بخواهد، تو را ثبات عقیده می بخشد و راه نفوذ شیطان را در تو می بندد.

سپس فرمودند:

قد شکا قوم إلی النبی صلی الله علیه وآله وسلم لما یعرض لهم لأن تهوی بهم الریح أو یقطعوا أحب إلیهم من أن یتکلموا به، فقال رسول الله صلی الله علیه وآله وسلم:أتجدون ذلک؟ قالوا: نعم، فقال: والذی نفسی بیده إن ذلک لصریح الإیمان، فإذا وجدتموه فقولوا: آمنا بالله ورسوله ولا حول ولا قوه إلا بالله؛(۱) عده ای نیز از وسوسه های ذهنی خود به پیامبر صلی الله علیه وآله وسلم شکایت کردند؛ وسوسه هایی که دوست داشتند باد، آنان را به جاهای دوردست پرتاب کند و یا قطعه قطعه شوند، اما آنها را

۱- الکافی، ج ۲، ص ۴۲۵، ح ۴.

به زبـان نیاورنـد؛ اما پیامبر خـدا به ایشان فرمود: «سوگنـد به آن که جانم در دست اوست، این همان ایمان ناب است. هرگاه با این وسوسه هـا رو به رو شدیـد، بگوییـد: آمنا بالله ورسوله ولا حول ولا قوه إلا بالله؛ به خـدا و پیامبرش ایمان آورده ایم و هیچ نیرو و توانی نیست، مگر به خدا.

آدمی که خـدا و پیغمبر و امام زمان برایش مهم است، اگر خـدای نکرده یک چیز بدی به ذهنش بیاید، خیلی وحشت می کند که مبادا توهینی از او سرزده باشد.

امـام باقر علیه السـلام فرمودنـد: مردی نزد رسول خـدا صـلی الله علیه وآله وسـلم آمـد و عرض کرد: ای رسول خـدا، من منافق شدم. حضرت فرمودند:

و الله ما نافقت ولؤ نافقت ما أتیتنی تعلمنی ما الذی رابک أظن العدو الحاضـر اتاک فقال لک من خلقک فقلت الله خلقنی فقال لک من خلق الله؛ به خـدا سوگند تو منافق نشده ای! اگر منافق بودی نزد من نمی آمدی که مرا به آن آگاه کنی. چه چیز تو را به شک انداخته است؟ به گمانم آن دشـمن حاضـر به خاطرت آمده و به تو گفته است: چه کسی تو را آفریده؟ تو گفتی: خدا مرا آفریده است. پس به تو گفته است: چه کسی خدا را آفریده است؟

عرض کرد: آری، به آن که تو را به راستی فرستاده است سوگند که چنین است که می گویی! پیامبر فرمودند:

إن الشیطان اتاکم من قبل الأعمال فلم یقو علیکم فاتاکم من هذا الوجه لکی یستزلکم فإذا کان کذلک فلیذکر أحدکم الله

وحده؛(۱) همانا شیطان از راه کردارهای شما (و جلوگیری شما از اعمال نیک) نزدتان آید و بر شما دست نمی یابد. پس از این راه به سراغتان می آید تا شما را بلغزاند. و هرگاه چنین شد، هرکدام از شما (که برایش چنین رخ داد) خدا را به یگانگی یاد کند، (خیالات شیطانی برطرف می گردد).

آدم هایی که پاک هستند، فکر می کنند با یک فکر کفر آمیز منافق و کافر شده اند، در صورتی که این احساس از عمق ایمانشان حکایت می کنند.

حضرت فرمودند: منافق نشده ای. نگران نباش، گناه نیست. اگر منافق شده بودی که نزد پیغمبر نمی آمدی درد دل کنی. منافق توطئه می کند. نمی گوید که شیطان به من حمله کرده و فکر بد سراغم آمده است، چه کار کنم؟ منافق مخفی می کند و ادامه می دهد.

شیطان می آید در اعمال فشار بیاورد و شما را به اعمال زشت وادار کند. زورش نمی رسد. از راه فکر و خیال وارد می شود تا انسان را به لغزش بیاندازد. اگر چنین فکر و خیالی به شما هجوم آورد، خدا را یاد کنید. «لا اله الا الله»، «استغفر الله»، «لا حول و لا قوه الا بالله» بگویید و بر محمد و آل محمد صلوات فرستید تا شیطان دور شود.

ذکر «لا حول و لا قوه الا بالله»

یکی از اذکاری که در روایات بر آن تأکید شده است و آثار بسیار خوبی دارد و غم و غصه و افسردگی و فکر و خیال شیطانی، و کلا هجمه های ناهنجار را از

۱- الکافی، ج ۲، ص ۴۲۵.

بین می برد، ذکر «لاـ حـول ولاـ قوه إلاـ بـالله العلی العظیم» است بـا بسم الله، یـا بـدون بسم الله. به این ذکر «حوقله» می گوینـد. رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

من تظـاهرت علیه النعم فلیقـل: «الحمـد لله رب العـالمین»، ومن ألـح علیه الفقر فلیکثر من قول: «لاـ حول ولاـ قوه إلاـ بـالله العلی العظیم» فإنه کنز من کنوز الجنه، وفیه شـفاء من إثنین وسـبعین داء أدناها الهم؛(۱) هرکس پیاپی به او نعمت رسـید، « الحمد لله رب العالمین» بگوید و هرکس فقر بر او فشار آورد، جمله «لا حول ولا قوه إلا بالله العلی العظیم» را زیاد بگوید؛ چرا که گنجی از گنج های بهشت است و هفتاد و دو درد را شفا می بخشد که

کمترین آنها، نگرانی است.

اگر یـک وقت احسـاس دلشوره و پریشـانی می کنیم، این «لاـ حول ولاـ قوه إلا بالله العلی العظیم» دل را محکم می کنـد. یعنی حول و قوه من از خداست. من غیر از خدا کسی را ندارم و تسلیم دست خدا هستم. این خیلی آرامش دهنده است.

امیرالمؤمنین علیه السلام در پاسخ به سؤال از معنای سخن مردمان که می گویند:«لا حول ولا قوه إلا بالله» فرمودند:

معنی قولهم: لا حول ولا قوه إلابالله، إنا لا نملک مع الله شـیئا، ولا نملک إلاما ملکنا، فمتی ملکنا ما هو أملک به منا کلفنا، ومتی أخذه منا وضع تکلیفه عنا؛(۲)معنای «لا حول ولا قوه إلا

۱- الأمالی للصدوق، ص ۶۵۱، ح ۸۸۵؛ بحار الأنوار، ج ۹۳، ص ۱۸۶، ح ۶.
۲- نهج البلاغه، حکمت ۴۰۴.

بالله» این است که با وجود خداوند، ما مالک چیزی نیستیم و چیزی نداریم مگر آنچه او به تملک ما در آورده باشد. پس هرگاه چیزی را که او به مالکیتش سزاوارتر است به تملک ما در آورد، بر عهده ما تکلیفی نهاده و هرگاه آن را از ما بگیرد، تکلیفش را از ما برداشته است.

در حقیقت انسان با این ذکر خودش را تسلیم خداوند متعال می داند و همه چیز را از او می داند. امام صادق علیه السلام فرمودند:

إذا قال العبد: لا حول و لا قوه إلا بالله، قال الله عز و جل للملائکه: استسلم عبدی، اقضوا حاجته؛(۱) هرگاه بنده بگوید:«لا حول و لا قوه إلا بالله»، خداوند عز و جل به فرشتگان می فرماید: «بنده ام تسلیم شد. حاجتش را برآورده سازید».

حضرت آدم علیه السلام هم با همین ذکر از وسوسه های شیطان رهایی پیدا کرد. پیامبر خدا فرمودند:

إن آدم شکا إلی الله عز و جل ما یلقی من حدیث النفس و الحزن، فنزل علیه جبرئیل علیه السلام فقال له: یا آدم قل: «لا حول و لا قوه إلا بالله»، فقالها فذهب عنه الوسوسه و الحزن؛(۲) آدم علیه السلام به خداوند عز و جل از دچار شدن به خیالات و اندوه، شکوه کرد. پس جبرئیل بر او فرود آمد و به او گفت: ای آدم، بگو: «لا حول و لا قوه إلا بالله؛ هیچ نیرو و توانی نیست، مگر به یاری خدا». آدم این را گفت و وسوسه و اندوهش برطرف شد.

۱- المحاسن، ج ۱، ص ۱۱۳، ح ۱۰۹؛ بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۱۸۹، ح ۲۳.

۲- الأمالی للصدوق، ص ۶۳۷، ح ۸۵۵؛ بحار الأنوار، ج ۹۵، ص ۱۶۷، ح ۲۲.

نفی خواطر

اهـل سـلوک و عرفان در سیرشان برنامه ای به نام نفی خواطر دارنـد که ما به آن حضور قلب می گوییم. در این برنامه خاطره های بی خود را از خود دور می کنند تا شش دانگ حواسشان مشغول به خدا باشد. ملا عبدالله جهرمی مکتوبی در نفی خواطر دارد که بسیار جالب است.

ایشان می فرمایـد: ما دو نوع افکار داریم. یک افکار عبوری، یک افکار مانـدگار. برخی از افکاری می آید و می رود. ممکن است فکر خوب باشد یا فکر بد. برخی هم می آید و جا خوش می کند.

گـاهی فکری می آیـد، و یـک روز، دو روز، یـا چنـد سـاعت جاخوش می کنـد. اینها افکار عبوری است، به آن توجه نکنیـد. خیلی مهم نیست. خوبهـا که خوب است. فکر خوب که می آیـد، کـار خیر بکن، نماز و دعا بخوان، صـدقه بـده. نیت خوب و فکر خوب، خوب است و مشکل ندارد. گل زیباست، باید مواظب خار آن باشیم.

امـا به فکرهـای بـد عبوری که می آیـد و می رود، نبایـد توجه و اعتنا کرد. مثل آدمهایی هسـتند که می آینـد و از کنار ما می گذرند. فکرهای عبوری مهم نیستند.

فکرهای ماندگار

اما فکرهایی که مانـدگار است، فکری است که می آیـد و پایـدار می مانـد و روی مخ ما کار می کند. این فکرها هم یا خوب است و یـا بـد. اگر خوب است که اسـتقبال می کنیم. فکرهـای خوب، نیت هـای خوب، الهـام مثبت از این قبیـل است که باید قدردان آن باشیم. اما از فکرهای بد ماندگار باید به خدا پناه

ص: ۱۷۸

ببریم. رسول خدا صلی الله علیه وآله وسلم فرمودند:

إن للشیطان لمه بابن آدم، و للملک لمه ، فأما لمه الشیطان فإیعاد بالشر و تکذیب بالحق، و أما لمه الملک فایعاد بالخیر و تصدیق بالحق، فمن وجد ذلک فلیعلم أنه من الله، فلیحمد الله، و من وجد الأخری، فلیتعوذ بالله من الشیطان الرجیم؛(۱) شیطان به آدمی القا می کند و فرشته نیز القا می کند. القای شیطان، وعده دادن او وسوسه کردن به بدی و تکذیب حق است. و القای فرشته وعده دادن او راهنمایی کردن به خوبی و تصدیق حق است. پس هرکس این (دومی) را احساس کرد، بداند که آن از جانب خداست و خداوند را سپاس و ستایش بگوید، و هرکس آن دیگری را احساس کرد، از شیطان رانده شده به خدا پناه ببرد.

در درون ما گوش هایی است که در این گوش ها هم شیاطین میدمند و هم فرشته ها می دهند. فرشته ها، خوب ها، انبیا و امام زمان فرستنده دارد و می دمند که کار خوب بکنید. امام هفتم علیه السلام فرمودند:

نحن نوید الروح بالطاعه لله و العمل له؛(۲) ما (اهل بیت) آن روح را به وسیله اطاعت خدا و عمل برای او تأیید می کنیم.

بعضی فکر می کنند فقط اسرائیل و آمریکا فضای مجازی و فرستنده دارند. هزارها برابر آن را امامان ما دارند و مدد می کنند. فرمودند: ما روح مؤمنین و خوبها را به ایمان و عمل به ایمان مدد می کنیم.

۱- نهج الفصاحه، ص ۳۳۲.
۲- الکافی، ج ۲، ص ۲۶۸.

آواز خدا همیشه در گوش دل است

کو دل که دهد گوش به آواز خدا

فکرهای خوب را باید در آغوش بگیریم و از آن استقبال کنیم. گل و ریحان است. فکر خوب می گوید: احسان کن، انفاق کن، خوش بین باش. از این فکرها باید استقبال کنیم. به ما آرامش می دهد و هرچه هم باشد خدا ثواب و اجر هم به ما می دهد.

تضرع به درگاه الهی

اما مورد ما فکرهای بدی است که پایدار است. مثل یک رفیق ناباب که آمده و ما را رها نمی کند. با پیام و تلفن و فکر و رفاقت، در خانه ما را می زند و رها نمی کند. شیطان آمده و در خانه نشسته است و لانه کرده است.

ایشان می فرماید: اگر فکر پایداری آمده و همین طور سمبه می زند، این امتحان الهی است. یعنی خدا به شیطان قدرتی داده که بیاید با ما کشتی بگیرد. اینجا محل امتحان الهی است. ما را به میدان مبارزه برده اند. یک آدم ناباب آمده با من کشتی بگیرد تا مرا زمین بزند. من هم باید آن توانی را که دارم اعمال می کنم.

اینجا خدا به شیطان می گوید: برو سر به سر او بگذار اینجا جایی است که واقعا باید به خدا پناه برد. به فرشته ها و انبیا پناه برد.

إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ ؛(۱) در حقیقت، کسانی که [از خدا] پروا دارند، چون وسوسه ای از جانب شیطان بدیشان رسد (خدا را) به یاد آورند و به ناگاه بینا شوند.

۱- سوره اعراف، آیه ۲۰۱.

می گوید: یا الله! هر چه با آن مبارزه می کنیم، باز هست. وسواس فکری برخی را بیچاره کرده است. بسیاری افرادی به روانشناس مراجعه کردند، در بیمارستان بستری شدند.

ایشان می فرماید: اینجا به خدا باید تضرع کرد. زاری و التماس کرد. اینجا جایی است که باید بگویی: خدایا، جز تو هیچ کس نمی تواند. مثل بیمارانی که همه دکترها جواب کرده اند.

فَلَوْلَا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا؛(۱) پس چرا هنگامی که بأس ما به آنان رسید تضرع نکردند؟

بأس یعنی امتحان الهی، یک بلای الهی، دست ما را بسته است و فرض هم این است که ما نمی توانیم کاری کنیم. فکری است که پشت سر هم به ما حمله می کند. اینجا باید به درگاه خدا تضرع کرد.

تضرع و زاری کنید و خدا اجابت می کند. اینجا جایی است که باید «أمن یجیب المضطر إذا دعاه ویکشف السوء» خواند. اینجا جای دعای توسل است. جای دعای مشلول است.

اینجا باید دست به دامن خدا شوی که خدایا مرا نجات بده! گاهی با هزار دکتر و دوا هم این فکر نمی رود. اینجا جای تضرع و زاری به درگاه الهی است. اصلا نا امید نباشید. خدا ما را در این امتحان آورده است. اگر پایداری کنیم و از خدا کمک بخواهیم، از این موج رهایی پیدا می کنیم.

زور را بگذار و زاری را بگیر

رحم آید سوی زاری فقیر

۱- سوره انعام، آیه ۴۳.

خدا وقتی عجز و ضعف و ناله ما را می بیند، یک نهیبی به شیطان و فکر بد می زند و از ما دور می شود و از این شک ها و تردیدها و خطورات نجات پیدا می کنیم.

پناه بردن به خدا

یکی از راه های درمان وسواس فکری پناه بردن به خدا در هنگام وسوسه است. خداوند در قرآن می فرماید:

وَإِمَّا يَنْزَغَنَّکَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ؛(۱)و اگر از شیطان وسوسه ای به تو رسد، به خدا پناه بر، زیرا که او شنوای داناست.

اگر شیطان تلنگری به تو می زند و فکر بد به سراغت می آید، به خدا پناه ببر. بگو: خدایا، من در مانده ام، بیچاره ام! به پیامبرش فرمود:

وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِکَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ ؛(۲) و بگو: «پروردگارا، از وسوسه های شیطان ها به تو پناه می برم.» تو هم بگو: « رَبِّ أَعُوذُ بِکَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ»؛ یعنی ای پرورگار من، از فکرهای بد و حمله های شیطانی به تو پناه می برم.

امیر المؤمنین علیه السلام فرمودند:

إذا وسوس الشيطان إلى أحدكم فليتعوذ بالله، وليقل: آمنت بالله و برسوله مخلصا له الدين؛(۳) هر گاه شیطان یکی از شما را

۱- سوره اعراف، آیه ۲۰۰.

۲- سوره مؤمنون، آیه ۹۷.

۳- الخصال، ص ۶۲۴، ح ۱۰؛ بحار الأنوار، ج ۱۰، ص ۱۰۲، ح ۱.

وسوسه کرد، به خـدا پنـاه ببرد و بگویـد: « آمنت بالله و برسوله مخلصا له الـدین؛ به خـدا و پیامبرش ایمان دارم، و دین خود را برای او خالص کرده ام».

خواندن چهار سور آخر قرآن که با «قل» آغاز می شود، یعنی سورهای توحید، فلق، ناس، و کافرون، در درمان وسواس بسیار مفید است. این چهار سوره برای از بین بردن فکر بد، خیالات، مرض های وسواسـی بسیار سفارش شده است. مخصوصا سور ناس و فلق را بیشتر تکرار کنیم و از خدا کمک بخواهیم.

شیطان به همه تلنگر میزند، حتی با انبیا دست و پنجه نرم کرده است.

جایی که برق عصیان بر آدم صفی زد

از ما چگونه زیبد دعوی بی گناهی

دام سخت است مگر یار شود لطف خدا

ورنه آدم نبرد صرفه ز شیطان رجیم

شیطان با انبیا دست و پنجه نرم کرده است. تلنگر میزنـد، وسوسه ایجاد می کنـد. «نزغ» یعنی فکر فاسـد. مرتب می گوینـد: این کار را بکن، مخصوصا به آدم های وسواسی.

خدای مهربان می فرماید: اگر شـیطان تلنگری زد و وسوسه ایجاد کرد، از ته دل به خدا پناه ببر. اگر دشمن به ما حمله کند چه می کنیم؟ به پناهگاه می رویم. از صـمیم دل از خدا پناه بخواه، خدا به تو پناه می دهد. او هم شـنوا و هم داناست و از وضع ما خبر دارد.

پرهیز از بیکاری

یکی از راهکارهای مبارزه با وسواس فکری پرهیز از بیکاری است. وقتی فکر

و ذهن ما درگیر کار خوب نشود، ظرفش خالی می ماند و فکرهای بد می آید. نباید جای خالی برای شیطان بگذاریم. چرا ما سراغ فکرهای خوب نمیرویم؟!

پدر و مادرها تا وقتی مشغول کار هستند، نماز می خوانند، ظرف می شویند، بچه ها به آنها کار ندارند. ولی تا مادر نشست و بیکار بود، سراغ او می روند و از سر و کولش بالا می روند. شیطان هم به آدم های بیکار تلنگر میزند.

آدم هایی که بیکار یا کم کار هستند، یا فکرشان در کارهای خوب مشغول نیست، گرفتار افکار شیطانی می شوند. ذهن و قلبمان را باید با کارها و فکرهای خوب پر کنیم. «دیو چو بیرون رود فرشته درآید.» عکس آن هم صادق است. وقتی خدا آمد شیاطین می روند. وقتی فرشته آمد، بدها می روند.

از خوبها استقبال کنیم. نفس شما دائم می خواهد شلوغ کاری کند. مثل بچه ای که دائم شلوغ می کند. اگر او را به بازی نگیری، او تو را به بازی می گیرد. همیشه در عمل و فکرمان، مشغول به کار خوب باشیم.

آدم هایی که دچار وسواس فکری شده اند، بیکاری برایشان سم مهلك است. شبانه روز باید مشغول کار باشند، یا استراحت کند، و یا تفریح و ورزش. ما در اسلام بازنشستگی و بیکاری نداریم.

دشمنی خداوند با انسان سالم بیکار

بزرگترین معضل مملکت ما مشکل کار است. پیغمبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمودند:

إن الله یبغض الصحیح الفارغ، لا فی شغل الدنیا و لا فی شغل الآخره؛(۱) خداوند، با انسان سالم و بیکار که نه به کار دنیا مشغول

۱- شرح نهج البلاغه، ج ۱۷، ص ۱۴۶.

است و نه به کار آخرت، دشمن است.

جوان بیکاری که تنش سالم است، ذهن و دلش را برای شیطان باز می گذارد. عمده گناهان و فکرهای بد در حالت بیکاری است. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند:

القلب الفارغ یبحث عن السوء، و الید الفارغه تنازع إلی الإثم؛(۱) دل بیکار، بدی را جست و جو می کند و دست بیکار، به سوی گناه کشیده میشود.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله وسلم هرگاه به مردی نظر می افکند و از او خوشش می آمد، می پرسید: «هل له حرفه؛ آیا حرفه ای دارد؟»

اگر می گفتند: خیر. می فرمود: «سقط من عینی؛ از چشمم افتاد.» گفته شد: چرا ای پیامبر خدا؟ فرمود:

لأنّ المؤمن إذا لم یکن له حرفه یعیش بدینه؛(۲) زیرا مؤمن، وقتی کاری ندارد، با دینش زندگی می کند.

بیکاری یعنی برای این همه هوش و استعداد هیچ ارزشی قائل نشدن. فرمودند: هر کسی باید شغل و حرفه و کاری داشته باشد. کسی که حرفه و کاری نداشت، دین فروشی و خود فروشی می کند. اگر نرفتیم کار درست و صحیح انجام بدهیم، باید خودمان و دینمان را بفروشیم و همه هستی مان را به باد بدهیم.

اشتغال و مبارزه با وسواس

یکی از راه حل های مهم درمان وسواس عملی و فکری، رفع بیکاری است. بیکار که شدی شیطان به سراغت می آید. ورزش و تفریح و در جمع

۱- شرح نهج البلاغه، ج ۲۰، ص ۳۰۳ح ۴۷۳.

۲- جامع الأخبار، ص ۳۹۰، ح ۱۰۸۴.

بـودن برای همه، به خصـوص افراد وسواسـی لازم و مفیـد است. حـتی کارهـایی که کم فایـده و بی فایـده هم هست، بهـتر از بیکاری است.

لنگ و لوک و خفته شکل و بی ادب

سوی او می غیژ و او را می طلب

دوست دارد یار این آشفتگی

کوشش بیهوده به از خفتگی

مرحوم آقای دولابی می فرمودنـد: شیخ علی چیذری از علمای بزرگ بود. یکی از بزرگان به دیدن ایشان رفت. خانه ها سابق سنگ فرش بود. دیـد ایشان سـنگ فرش های کهنه شده یک گوشه از حیاط را در می آورد و دوباره میچیند. پرسـید: چرا این طور می کنی؟

گفت: هم حیاط را اصلاح می کنم و هم خودم را به کاری مشغول می کنم. اگر بیکار باشم خسته می شوم. از این رو وقتم را با کارهای خوب، یا عبادت، یا هنر، یا کار معمولی پر می کنم.

آدم بیکار هزار فکر و خیال به سراغش می آید. وقتی شما خودت را مشغول کاری کردی، حتی کار کم فایده هم باشد، افکار و خیالات نابه جا به سراغت نمی آید.

سابق مسافرت با کشتی خیلی طولانی و خسـته کننده بود. عارفی در کشتی بود که پیوسـته روح و قلبش مشـغول یاد و توکل به خـدا بود. کلاهـی داشت. مرتب آن را می شـکافت و دوباره می بافت. می گفت: در کشتی کتابی نیست که مطالعه کنم. قلبم مشـغول یاد خـداست و زبانم هم ذکر می گویـد، بـدن من اگر مشـغول کاری نباشـد، فکر من ممکن است هزار جا برود. خود همین مشغول بودن یک تمرکزی به من میدهد. بیکاری و بی حرفه بودن سم مهلک است.

جوانی که از صبح زود دنبال کار می رود. خسته و کوفته می آید استراحت کند. برای همین دوستان ناباب و شیطان سراغش نمی آیند. تمام این آفت ها مال بیکاری است.

اشتغال و درمان افسردگی

بزرگواری نقل می کرد که یک آقایی دچار افسردگی و مشکلات روحی و روانی شده بود. در خودش بود. گفتند: برو به روانپزشک مراجعه کن. روانپزشک ماهری را پیدا کرد و به آنجا رفت. دید صفی طولانی است. نوبت گرفت. گفتند: سه ساعت دیگر بیا

دید سه ساعت بیکار است. چه کار کنم؟ نزدیک آنجا پارکی بود. رفت و در پارک قدم زد. کنار جوی آبی رفت، کنار درختی نشست. همان دو ساعتی که در پارک بود، دید سر حال شده است. گفت: چرا دنبال دارو و دکتر بروم؟ و همین رویه را ادامه داد و خوب شد.

تفریحات سالم، جلسات خوب با رفقای خوب، دعا و زیارت، برنامه ریزی های خوب، فکرهای خوب، معاشرت های خوب، بسیار مفید و کارساز است. بیایید وقت و فکر و ذهنمان را با خوبیها پر کنیم و فرصت به فکرهای ناباب ندهیم.

بیکاری ریشه مفاسد و ناهنجاری ها و گناهان و جنایتهاست. کسی که صبح زود باید سر کار برود، آخر شب بیاید و برنامه هایش پر است، شیطان وقت رو به رو شدن با او را ندارد. اصلا دیگر نمی تواند چهار ساعت در حمام بماند. مجبور است سریع غسل کند.

ص: ۱۸۷

بیکاری و ناهنجاری ها

بیکـاری نه فقـط در تشدیـد وسواس، بلکه در کـل ناهنجـاری هـای جـامعه مؤثر است. بحران اول در مملکت ما بیکاری است. بیکاری که باشـد همه مفاسد ایجاد می شود. آدم بیکار ازدواج نمی کند، بیکار که شد خانه ندارد. بیکار شد که بیمار هم می شود. هزار و یک ناهنجاری را به دنبال دارد.

کارهـای کم درآمـد و کارهـایی که مطـابق بـا شـأن ما نیست هم خوب است. آقا لیسانس گرفته، عارش می شود هر کاری را بکند. اگر یک آدم تحصیل کرده بیکار برود کشاورزی کند چه اشکالی دارد؟

چوپـانی شـغل انبیـا بوده است. افتخـار کنیم که چوپـان هسـتیم. افتخـار کنیم کشـاورز هسـتیم. از بیکـاری که خیلی بهتر است. خودمان را مشغول کار بکنیم تا به کاری که مورد پسند ماست دست یابیم.

بی اعتنائی پیامبر صلی الله علیه و آله وسلم به انسان بیکار

یکی از سیره هـای پیغمبر مـا این بـود که به هر کس می رسیدند، سـلام می کردنـد. زن و مرد و کوچـک و بزرگ تفـاوتی نـداشت. کسـی هم نمی توانست در سـلام کردن بر پیامبر سـبقت بگیرد. حتی پشت دیوار پنهان می شدنـد که سـلام کنند، باز حضرت زودتر سلام می کردند.

روزی آن حضـرت با اصـحاب از جایی عبور می کردند. به یک بنده خدایی رسـیدند و سـلام نکردند و رفتند. از آن مسیر که برگشتند به او سلام کردند. بعضی از اصحاب پرسیدند: چطور شد که موقع رفتن سلام نکردید و موقع بازگشت سلام کردید؟

حضرت فرمودند: موقع رفتن دیدم بیکار محض است. کسی که بیکار محض است، شیطان می آید به او تلنگر میزند. ولی در برگشت دیدم که با انگشتش چیزی را روی زمین می کشد.

بیکار که شدی وسوسه و هزار فکر و خیال به سراغت می آید. پر کردن اوقات فراغت یکی از راه های درمان وسواس است.

چکیده سخن

حدود بیست اصل و قاعده گره گشای فقهی را مطرح کردیم که مسائل را راحت می کند. اسلام واقعا سخت نگرفته است. در طهارت، نجاست، وضو و غسل، خیلی راحت گرفته است.

زمان پیغمبر آب زیاد نبود. زمان جاهلیت اصلا بهداشت را رعایت نمی کردند. یعنی این طور سخت گیری در اسلام نیست. اینها را آدم هایی که مسأله بلد نبودند به اسلام چسبانده اند.

گفتیم: مهمترین راه درمان وسواسی بی اعتنایی و بی توجهی و عدم تکرار است. افراد وسواسی خودشان را ملزم کنند که وضو و غسل و طهارت را تکرار نکنند. خودشان را جریمه کنند. نیت کنند روزه بگیرند، به فقیر پول بدهند، هر کاری که عامل بازدارندگی قوی است انجام دهند.

وقتی پلیس ایستاده و ماشین مرا می خواباند و جریمه سنگینی می کند، من عمر سبقت نمی گیرم و از چراغ قرمز رد نمی شوم. چون این جریمه خیلی مهم است.

ذکر «لا اله الا الله»، «لا حول و لا قوه الا بالله العلی العظیم» ذکر صلوات، و

ص: ۱۸۹

اشتغال و تفریح و ورزش برای آدم وسواس فکری و عملی لازم و ضروری است.

یکی از مسائلی که بایـد دقت داشت، یادگیری درست مسائل است. وسواسـی ها زیاد سؤال نکننـد، زیاد سؤال را تکرار نکنند. اگر هم می خواهنـد سؤال کننـد، از آدم هـای وسواسـی سؤال نکننـد. چـون وقـتی از یـک شخصـی که وسواس است و آدم محتاطی است سؤال می کنند، وسواسشان بیشتر می شود. مسأله شان را از کسی که معتدل و آسان گیر است بپرسند.

البته احتیـاط کلاـ در دین مـا کـار پسـندیده ای است، ولی برای آدم هـای عـادی. برای آدم هـای که زیـاد شـک نمی کننـد و وسواس ندارنـد. امـا آدم هـای وسواسـی قطعـا بایـد خلاف احتیاط عمل کننـد. چون کثیر الشک هسـتند، بر اینها واجب اسـت خلاف احتیاط عمل کنند. نباید اعتنا کنند.

برخی افراد اینقـدر از دفـاتر و اشـخاص متفاوت سؤال می کننـد تا یکی از آنها مطابق وسواس خودش است جواب بدهـد. این خودش ایجاد وسوسه می کند. تکرار سؤال خوب نیست. اگر یک بار گفتند پاک است و اعتنا نکنید، باز نپرسـید. این پرسیدن هم وسواس است.

نکته پایانی

انشاء الله عزیزان وسواسـی به اصول و بحث هایی که مطرح شـد خوب توجه کننـد و رهکارهایی را که گفته شـد عملی کننـد. ممکن است کسـی بـا این اصول از قطـار وسواس پیـاده شود. ممکن است یک نفر با بی اعتنایی پیاده شود. ولی کل این موارد بسیار مؤثر است.

باید با خدا عهد ببندیم. باید بدانیم که نزد خدا مسئولیم. در برابر وقت و عمری که بیهوده تلف میکنیم مسئولیم. در برابر اطرافیانمان مسئولیم. در برابر نعمت های خداوند و در برابر آبی که هدر میدهیم مسئولیم.

اگر از این قطار پیاده نشویم، هم به خودمان ظلم کرده ایم و هم به کسانی که وقتشان را گرفتیم و احیانا به خاطر ما آزار دیده اند و به زحمت افتاده اند ظلم کرده ایم و روز قیامت مدیون هستید. خودتان را تکان بدهید و این طلسم را بشکنید.

افرادی که مبتلا به وسواس هستند هیچ گاه از درمان خود ناامید و مأیوس نباشند که ناامیدی هدف شیطان است. می کوشد تا افراد را به ناامیدی بکشاند و پس از آن به راحتی بر گرده آنها سوار شود و به هر کجا که بخواهد ببرد.

در مدتی که این مباحث از برنامه سمت خدا پخش می شد، بسیاری از مخاطبین این برنامه، از قشرهای مختلف، با حضور و تماس ها و پیام های خود، این مباحث را بسیار مؤثر و راهگشا دانستند و اعلام کردند که از قطار وسواس پیاده شده اند.

حتی کسانی که به وسواس حاد و مزمن گرفتار بودند و یک عمر در رنج و عذاب به سر می بردند، با راهکارهایی که در این برنامه ارائه شد، بحمد الله از این بیماری مهلک، نجات پیدا کردند.

این افراد می توانند برای بقیه مبتلایان به وسواس حجت باشند که این بیماری به راحتی قابل درمان است. ان شاء الله با یک تصمیم جدی و با توکل به خدای مهربان و با به کارگیری راهکارهای درمان، این طلسم وسواس را بشکنیم و دست از خود پرستی و به دلم نمی چسبد و اوهام و خیلات برداریم

ص: ۱۹۱

و فقط به آنچه خدای تعالی و پیشوایان دین می فرمایند عمل کنیم.

بنده و همه مؤمنین دعاگوی آنها هستیم تا دست همت بدهند و از این حصار رنج آور نجات یابند.

خدا را به حق محمد و آل محمد قسم می دهیم که همه بیمارهای روحی و جسمی و مخصوص بیماران وسواسی را شفای عاجل عنایت بفرماید.

آمین یا رب العالمین!

ص: ۱۹۲

فهرست ها: فهرست آیات/فهرست روایات و دعاها/فهرست منابع

اشاره

ص: ۱۹۳

فهرست آیات

مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ... ۵۲

وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ ... ۱۸۲

وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ... ۲۰

وَلَا تَجَسَّسُوا ... ۶۸

وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ ... ۵۱

وَيَقُولُونَ نُؤْمِنُ بِبَعْضٍ وَنَكْفُرُ بِبَعْضٍ وَيُرِيدُونَ أَنْ يَتَّخِذُوا بَيْنَ ذَلِكَ سَبِيلًا ... ۱۳۸

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ... ۳۹

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَسْأَلُوا عَنْ أَشْيَاءَ إِنْ تُبْدَ لَكُمْ تَسُؤْكُمْ ... ۶۹

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ... ۶۴

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا ... ۴۴

يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ ... ۴۰،۲۹

ص: ۱۹۶

فهرست روایات و دعاها

ص: ۲۰۴

فهرست منابع

۱.قرآن کریم

۲. الاصول السته عشر / عده ای از علما، دار الشبستری للمطبوعات، قم،چاپ اول، ۱۳۶۳ ش.

۳. الأمالی للصدوق / ابن بابویه، محمد بن علی، کتابچی، تهران، چاپ ششم، ۱۳۷۶ ش.

۴. الأمالی للطوسی / طوسی، محمد بن الحسن، دار الثقافه، قم، چاپ اول، ۱۴۱۴ ق.

۵. بحارالانوار / مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، دار احیاء التراث العربی، بیروت، چاپ دوم، ۱۴۰۳ ق.

۶. تحف العقول / ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، جامعه مدرسین، قم،چاپ دوم، ۱۴۰۴ ق.

۷. تصنیف غررالحکم و درر الکلم / تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، دفتر تبلیغات، قم، چاپ اول، ۱۳۶۶ ش.

۸. التفسیر المنسوب إلی الأمام الحسن العسکری علیه السلام / حسن بن علی علیه السلام ،امام یازدهم، مدرسه الامام المهدی علیه السلام، چاپ اول، ۱۴۰۹ ق.

۹. جامع الاخبار (للشعیری) / محمد بن محمد شعیری، مطبعه حیدریه، نجف، چاپ اول.

۱۰. الخصال / ابن بابویه، محمد بن علی، جامعه مدرسین، قم، چاپ دوم،

۱۳۶۲ ش.

۱۱. الدر المنثور فی تفسیر المأثور /سیوطی، عبدالرحمن بن ابی بکر، کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی، قم، ۱۴۰۴ ق.

۱۲. دعائم الإسلام / ابن حیون، نعمان بن محمد مغربی، مؤسسه آل البیت علیهم السلام قم، ۱۳۸۵ ق.

۱۳. دیوان خواجه حافظ شیرازی به اهتمام سید ابوالقاسم انجوی شیرازی، سازمان انتشارات جاویدان، تهران، چاپ سوم، ۱۳۵۸ ش.

۱۴. شرح نهج البلاغه لابن ابی الحدید / ابن ابی الحدید، عبدالحمید بن هبه الله، مکتبه آیت الله المرعشی النجفی، قم، چاپ اول، ۱۴۰۴ ق.

۱۵. عده الداعی و نجاح الساعی / ابن فهد حلی، احمد بن محمد،دارالکتب الاسلامی، چاپ اول، ۱۴۰۷ ق.

۱۶. عیون اخبار الرضاعلیه السلام/ ابن بابویه، محمد بن علی، نشر جهان، تهران، چاپ اول، ۱۳۷۸ ق.

۱۷. غررالحکم و دررالکلم / تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد،دار الکتاب الاسلامی، قم، چاپ دوم، ۱۴۱۰ ق.

۱۸. علل الشرایع / ابن بابویه، محمد بن علی، کتاب فروشی داوری، قم،چاپ اول، ۱۳۸۵ ش.

۱۹. فرهنگ فقه مطابق مذهب اهل بیت علیهم السلام/ سید محمد شاهرودی،مؤسسه دائره المعارف فقه اسلامی بر مذهب اهل بیت علیهم السلام قم، ۱۳۹۵ش.

۲۰. الفصول المختاره / مفید، محمد بن محمد، کنگره شیخ مفید، قم،۱۴۱۳ ق.

۲۱. الکافی / کلینی، محمد بن یعقوب بن اسحاق، دار الکتب الاسلامیه،تهران، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ ق.

۲۲. کمال الدین و تمام النعمه / ابن بابویه، محمد بن علی، اسلامیه، تهران، چاپ دوم، ۱۳۹۵ ق.

۲۳. کنز العمال / المتقی الهندی، مؤسسه الرساله، بیروت، ۱۴۰۹ ق -۱۹۸۹ م.

۲۴. مثنوی معنوی / جلال الدین محمد بلخی (مولوی)، به کوشش و اهتمام رینولدالین نیکلسون، نشر طلوع، تهران، ۱۳۷۳ ش.

۲۵. مجموعه ورام / ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی، مکتبه فقیه، قم،چاپ اول، ۱۴۱۰ ق.

۲۶. المحاسن / احمد بن محمد بن خالد برقی، دارالکتب الاسلامیه، قم چاپ دوم، ۱۳۷۱ ش.

۲۷. مکارم الاخلاق / طبرسی، حسن بن فضل، شریف رضی، قم، چاپ چهارم، ۱۴۱۲ ق.

۲۸. من لا یحضره الفقیه / ابن بابویه، محمد بن علی، دفتر انتشارات اسلامی، قم، چاپ دوم، ۱۴۱۳ ق.

۲۹. نهج البلاغه / شریف الرضی، محمد بن حسین، هجرت، قم، چاپ اول، ۱۴۱۴ ق.

۳۰. نهج الفصاحه / ابوالقاسم پاینده، دنیای دانش، تهران، چاپ چهارم، ۱۳۸۲ ش.

۳۱. وسائل الشیعه / شیخ حر عاملی، محمدبن حسن، مؤسسه آل البیت علیهم السلام قم، چاپ اول، ۱۴۰۹ ق.

درباره مرکز

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِی الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند ؟

سوره زمر/ ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ .ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفا علمی و به دور از تعصبات و جریانات اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب « مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱.بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)

۲.تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی

۳.جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه ، تبلت ها، رایانه ها و ...

۴.سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو

۵.گسترش فرهنگ عمومی مطالعه

۶.زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱.عمل بر مبنای مجوز های قانونی

۲.ارتباط با مراکز هم سو

۳.پرهیز از موازی کاری

۴.صرفا ارائه محتوای علمی

۵.ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱.چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲.برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳.تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴.تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵.ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶.تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷.راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸.طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹.برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰.برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

۱.JAVA

۲.ANDROID

۳.EPUB

۴.CHM

۵.PDF

۶.HTML

۷.CHM

۸.GHB

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

۱.ANDROID

۲.IOS

۳.WINDOWS PHONE

۴.WINDOWS

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

درپایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نماییم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان -خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی -پلاک ۱۲۹/۳۴- طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۸۸۳۱۸۷۲۲ ـ ۰۲۱

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹